

الأستاذ الدكتور عاطف المليجي

بسم الله الرحمن الرحيم

القرآن
وإنفعالات الإنسان

إهداء ٢٠١٢

محمد صالح الضالع

جمهورية مصر العربية

القرآن وإنفعالات الإنسان

الأستاذ الدكتور عاطف المليجى

رقم الإيداع : ١٥٨٦٦ / ٢٠٠٢

الترقيم الدولى : I.S.B.N. 977-17-0624-1

الطبعة الأولى

٠١٠١٤٥٣٤٠٢

مكتب الجمع : سعيد عبد الخالق

٠٢/٧٤١٦٤٣٤

أهدى هذا الكتاب

إلى روح ابنى الحبيب شهيد الواجب

النقيب / عمرو

مقدمة

الحمد لله الذي خلق الإنسان في أحسن تقويم وأرسل سيدنا محمداً ﷺ رحمة للعالمين بالهدي ودين الحق.

أما بعد فقد بيّنت كثير من الدراسات الحديثة(*) أن إضطراب الناحية الإنفعالية (**) عند الإنسان من الأسباب الهامة في نشوء كثير من الأمراض البدنية، وأوضحت بعض الإحصائيات أن نسبة كبيرة من المرضي الذين يترددون عادة علي عيادات الأطباء إنما هم يشكون أساساً من إضطرابات إنفعالية ناشئة عن مشكلاتهم النفسية، وأن ما يحتاج إليه هؤلاء المرضي ليس علاجاً طبياً وإنما هم في الحقيقة في حاجة إلي علاج نفسي. وقد أصبح من المعروف الآن بين الأطباء أن أحسن ما ينصح به المرضي هو التخلص من القلق.

وقد سبق القرآن العلوم الطبية والنفسية الحديثة في الإهتمام بتوجيه الناس إلي التحكم في إنفعالاتهم والسيطرة عليها لما في ذلك من فوائد صحية كثيرة لم تعرف معرفة علمية دقيقة الا في العصر الحديث.

وفي هذه الدراسة سوف نستعرض ما جاء في القرآن الكريم من وصف دقيق

(*) محمد عثمان نجاتي : القرآن وعلم النفس

(**) أقتضت حكمة الله تعالى أن يزود الإنسان بإنفعالات تعينه على الحياة والبقاء، فإنفعال الخوف مثلا يدفعه إلى تجنب الأخطار التى تهدد حياته ، وانفعال الغضب يدفعه إلى الدفاع عن النفس وإلى الصراع من أجل البقاء ، وإنفعال الحب هو أساس تآلف الجنسين وانجذاب كل منهما إلى الآخر من أجل بقاء النوع ....

لكثير من الإنفعالات التي يشعر بها الإنسان مثل الخوف والغضب والحب والفرح والكره والغيرة والحسد والندم والحياء والخزي، وتوجيهات القرآن الحكيمة بشأن السيطرة علي هذه الإنفعالات، وهي حقائق يقينية لأنها صدرت عن الله تعالي خالق الإنسان.

نسأل الله العلي العظيم أن يشملنا ببركات قرآنه الكريم، وندعوه تعالي أن يعلمنا ما ينفعنا وأن ينفعنا بما يعلمنا أنه سميع قريب مجيب الدعاء.

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين.

دكتور عاطف المليجي



(أولاً)

إنفعالات الإنسان فى القرآن الكريم

إنفعالات الإنسان فى القرآن الكريم

(أ) الخـوف

يشير القرآن إلى الأهمية الخاصة لإنفعال الخوف فى حياة الإنسان فذكر فى بعض آياته الأمن من الخوف مقروناً بإشباع دافع الجوع :

قال تعالى :

﴿ وَلَنَبْلُوَنَّكُم بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الأَمْوَالِ وَالأَنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴾ (البقرة : ١٥٥) .

﴿ وَضَرَبَ اللَّهُ مَثَلاً قَرْيَةً كَانَتْ آمِنَةً مُّطْمَئِنَّةً يَأْتِيهَا رِزْقُهَا رَغَدًا مِّن كُلِّ مَكَانٍ فَكَفَرَتْ بِأَنْعُمِ اللَّهِ فَأَذَاقَهَا اللَّهُ لِبَاسَ الْجُوعِ وَالْخَوْفِ بِمَا كَانُوا يَصْنَعُونَ ﴾ (النحل : ١١٢) .

﴿ فَلْيَعْبُدُوا رَبَّ هَذَا الْبَيْتِ (٣) الَّذِي أَطْعَمَهُم مِّن جُوعٍ وَآمَنَهُم مِّنْ خَوْفٍ (٤) ﴾ (قريش ٣ ، ٤) .

وذكر القرآن أن فائدة الخوف ليست مقصورة فقط على وقاية الإنسان من الأخطار التى تهدده فى حياته الدنيوية ، ولكنه يدفع المؤمن إلى إتقاء

عذاب الله فى الحياة الآخرة أيضاً. فالخوف من عقاب الله يدفع المؤمن إلى تجنب الوقوع فى المعاصى وإلى التمسك بالتقوى والإنتظام فى عبادة الله وعمل كل ما يرضية .

﴿ إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴾ (الأنفال : ٢) .

﴿ تَتَجَافَىٰ جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفًا وَطَمَعًا وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ ﴾ (السجدة : ١٦) .

ووصف القرآن إنفعال الخوف بأنه حالة من الإضطراب الحاد الذى يشمل الفرد كله وشبهه بالزلزال الشديد الذى يهز الإنسان هزا شديداً فيفقده القدرة عل التفكير والسيطرة على النفس .

﴿ إِذْ جَاءُوكُم مِّن فَوْقِكُمْ وَمِنْ أَسْفَلَ مِنكُمْ وَإِذْ زَاغَتِ الْأَبْصَارُ وَبَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَنَاجِرَ وَتَظُنُّونَ بِاللَّهِ الظُّنُونَا ۝١٠ هُنَالِكَ ابْتُلِيَ الْمُؤْمِنُونَ وَزُلْزِلُوا زِلْزَالًا شَدِيدًا ﴾ (الأحزاب : ١٠ ، ١١) .

وقد أشار القرآن إلى حالة الذهول التى يسببها الخوف الشديد المفاجئ أثناء وصفه ليوم القيامة :

﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمْ إِنَّ زَلْزَلَةَ السَّاعَةِ شَيْءٌ عَظِيمٌ ۝١ يَوْمَ تَرَوْنَهَا تَذْهَلُ كُلُّ مُرْضِعَةٍ عَمَّا أَرْضَعَتْ وَتَضَعُ كُلُّ ذَاتِ حَمْلٍ حَمْلَهَا وَتَرَى النَّاسَ سُكَارَىٰ وَمَا هُم بِسُكَارَىٰ وَلَٰكِنَّ عَذَابَ اللَّهِ شَدِيدٌ ﴾ (الحج : ١ ، ٢)

﴿ بَلْ تَأْتِيهِم بَغْتَةً فَتَبْهَتُهُمْ فَلا يَسْتَطِيعُونَ رَدَّهَا وَلا هُمْ يُنظَرُونَ ﴾.

(الأنبياء : ٤٠).

ويبين القرآن أنه حينما يحدق الخطر الشديد بالإنسان ويتملكه الخوف فإن كل اهتمامه يتركز في هذا الخطر المحدق به وفي محاولته النجاة بنفسه منه ، وينصرف إهتمامه عن أي شئ آخر .

﴿ فَإِذَا جَاءَتِ الصَّاخَّةُ (٣٣) يَوْمَ يَفِرُّ الْمَرْءُ مِنْ أَخِيهِ (٣٤) وَأُمِّهِ وَأَبِيهِ (٣٥) وَصَاحِبَتِهِ وَبَنِيهِ (٣٦) لِكُلِّ امْرِئٍ مِّنْهُمْ يَوْمَئِذٍ شَأْنٌ يُغْنِيهِ ﴾

(عبس : ٣٣ ـ ٣٧) .

وقد وصف القرآن استجابة الإنسان بالهرب من المواقف المهددة بالخطر والمثيرة للخوف اثناء حديثه عن الكافرين من الأقوام السابقة الذين حل بهم عذاب الله بسبب تكذيبهم لأنبيائهم وإصرارهم عل الكفر فتملكهم الذعر ، وسارعوا إلى الفرار محاولين الهرب من العذاب .

﴿ وَكَمْ قَصَمْنَا مِن قَرْيَةٍ كَانَتْ ظَالِمَةً وَأَنشَأْنَا بَعْدَهَا قَوْمًا آخَرِينَ (١١) فَلَمَّا أَحَسُّوا بَأْسَنَا إِذَا هُم مِّنْهَا يَرْكُضُونَ ﴾ (الأنبياء : ١١ ، ١٢) .

كما وصف خوف المنافقين ورغبتهم في الهرب من المؤمنين بقوله:

﴿ وَيَحْلِفُونَ بِاللَّهِ إِنَّهُمْ لَمِنكُمْ وَمَا هُم مِّنكُمْ وَلَكِنَّهُمْ قَوْمٌ يَفْرَقُونَ (٥٦) لَوْ يَجِدُونَ مَلْجَئًا أَوْ مَغَارَاتٍ أَوْ مُدَّخَلاً لَّوَلَّوْا إِلَيْهِ وَهُمْ يَجْمَحُونَ ﴾

(التوبة : ٥٦ ، ٥٧) .

وذكر القرآن فى وصف خوف موسى عليه السلام من فرعون وهربه منه:

﴿ فَفَرَرْتُ مِنكُمْ لَمَّا خِفْتُكُمْ ..... ﴾ (الشعراء : ٢١) .

﴿ فَخَرَجَ مِنْهَا خَائِفًا يَتَرَقَّبُ قَالَ رَبِّ نَجِّنِي مِنَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ ﴾ (القصص : ٢١) .

ووصف القرآن أيضاً خوف موسى عليه السلام حينما رأى عصاه تنقلب إلى حية فولى هارباً .

﴿ وَأَنْ أَلْقِ عَصَاكَ فَلَمَّا رَآهَا تَهْتَزُّ كَأَنَّهَا جَانٌّ وَلَّىٰ مُدْبِرًا وَلَمْ يُعَقِّبْ يَا مُوسَىٰ أَقْبِلْ وَلَا تَخَفْ إِنَّكَ مِنَ الْآمِنِينَ ﴾ (القصص : ٣١) .

أنواع الخوف :

إن الأشياء التى يخافها الإنسان كثيرة . وقد ذكر القرآن بعض مخاوف الإنسان الهامة مثل الخوف من الله ، والخوف من الموت ، والخوف من الفقر .

الخوف من الله :

خوف هام فى حياة المؤمن ، فهو يدفعه دائما إلى تقوى الله وإسترضائه ، وإتباع منهجه ، وترك مانهى عنه ، وفعل ما أمر به . ويعتبر الخوف من الله ركنا فى الإيمان به ، وأساس هاماً فى تكون شخصية المؤمن .

قال تعالى :

﴿ إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أُولَئِكَ هُمْ خَيْرُ الْبَرِيَّةِ (٧) جَزَاؤُهُمْ عِندَ رَبِّهِمْ جَنَّاتُ عَدْنٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا رَّضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ ذَلِكَ لِمَنْ خَشِيَ رَبَّهُ (٨) ﴾ (البينة : ٧ ، ٨)

﴿ إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا . . ﴾ (الأنفال : ٢) .

﴿ قُلْ إِنِّي أَخَافُ إِنْ عَصَيْتُ رَبِّي عَذَابَ يَوْمٍ عَظِيمٍ ﴾ (الزمر : ١٣) .

﴿ . . . . يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَالأَبْصَارُ ﴾ (النور : ٣٧) .

﴿ إِنَّا نَخَافُ مِن رَّبِّنَا يَوْمًا عَبُوسًا قَمْطَرِيرًا ﴾ (الإنسان : ١٠) .

الخوف من الموت :

ومن أنواع الخوف الشائعة بين الناس الخوف من الموت . وقد أشار القرآن الى خوف الناس من الموت بقوله :

﴿ قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِي تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ مُلاقِيكُمْ . . . ﴾ (الجمعة : ٨)

ويبدو الخوف من الموت واضحاً فى حالات الحروب .

وجاء فى القرآن فى وصف خوف المنافقين من القتال :

﴿ أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ قِيلَ لَهُمْ كُفُّوا أَيْدِيَكُمْ وَأَقِيمُوا الصَّلاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ فَلَمَّا كُتِبَ عَلَيْهِمُ الْقِتَالُ إِذَا فَرِيقٌ مِّنْهُمْ يَخْشَوْنَ النَّاسَ كَخَشْيَةِ اللَّهِ أَوْ أَشَدَّ

خَشْيَةً وَقَالُوا رَبَّنَا لِمَ كَتَبْتَ عَلَيْنَا الْقِتَالَ لَوْلا أَخَّرْتَنَا إِلَىٰ أَجَلٍ قَرِيبٍ قُلْ مَتَاعُ الدُّنْيَا قَلِيلٌ وَالآخِرَةُ خَيْرٌ لِّمَنِ اتَّقَىٰ وَلا تُظْلَمُونَ فَتِيلاً﴾ (النساء : ٧٧) .

﴿وَيَقُولُ الَّذِينَ آمَنُوا لَوْلا نُزِّلَتْ سُورَةٌ فَإِذَا أُنزِلَتْ سُورَةٌ مُّحْكَمَةٌ وَذُكِرَ فِيهَا الْقِتَالُ رَأَيْتَ الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِم مَّرَضٌ يَنظُرُونَ إِلَيْكَ نَظَرَ الْمَغْشِيِّ عَلَيْهِ مِنَ الْمَوْتِ فَأَوْلَىٰ لَهُمْ﴾ (محمد : ٢٠) .

والخوف من الموت شائع بين الناس عامة لم يسلم منه حتى نبيّ الله موسى عليه السلام ، فقد خاف أن يقتله فرعون كما ذكر القرآن على لسان موسى عليه السلام .

﴿وَلَهُمْ عَلَيَّ ذَنبٌ فَأَخَافُ أَن يَقْتُلُونِ﴾ (الشعراء : ١٤) .

﴿قَالَ رَبِّ إِنِّي قَتَلْتُ مِنْهُمْ نَفْسًا فَأَخَافُ أَن يَقْتُلُونِ﴾ (القصص :٣٣)

والإيمان الصادق بالله يؤدى إلى التخلص من الخوف من الموت ، لأن المؤمن يعلم يقنيا أن الموت سينقله إلى الحياة الآخرة الخالدة التى ينعم فيها برحمة الله ورضوانه . وإن كان المؤمن يشعر بخوف من الموت فإنما هو فى الحقيقة يخشى إلا يحظى بمغفرة الله ، وإلا ينال رحمته ررضوانه. ولاشك أن الخوف من الموت يكون شديداً على العاصين الذين يخشون أن يحل بهم الموت قبل أن يتوبوا . فالخوف من الموت ، إذن ، إنما يرجع فى الحقيقة الى أنه يكون مانعاً من التوبة . وعلى ذلك فإن الخوف من الموت يرتبط إرتباطاً وثيقاً بالخوف من الله .

﴿ وَأَنفِقُوا مِن مَّا رَزَقْنَاكُم مِّن قَبْلِ أَن يَأْتِيَ أَحَدَكُمُ الْمَوْتُ فَيَقُولَ رَبِّ لَوْلا أَخَّرْتَنِي إِلَىٰ أَجَلٍ قَرِيبٍ فَأَصَّدَّقَ وَأَكُن مِّنَ الصَّالِحِينَ ﴾

(المنافقون : ١٠) .

﴿ قُلْ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ هَادُوا إِن زَعَمْتُمْ أَنَّكُمْ أَوْلِيَاءُ لِلَّهِ مِن دُونِ النَّاسِ فَتَمَنَّوُا الْمَوْتَ إِن كُنتُمْ صَادِقِينَ ﴿٦﴾ وَلا يَتَمَنَّوْنَهُ أَبَدًا بِمَا قَدَّمَتْ أَيْدِيهِمْ وَاللَّهُ عَلِيمٌ بِالظَّالِمِينَ ﴾ (الجمعة : ٦ ، ٧) .

والملحدون الذين لايؤمنون بالبعث ولا بالحياة الآخرة فأنهم يخافون من الموت لإعتقادهم أن الموت إنحلال لذواتهم وفناء وعدم لها ، ولذلك فهم يجزعون لهذا المصير الذى سينتهون إليه . وقد يخاف بعضهم الموت لأنهم لايعرفون إلى أى مصير مجهول سيؤدى بهم الموت فإن جهلهم بالمصير الذى سينتهون إليه هو فى الحقيقة ما يخيفهم ويفزعهم .

الخوف من الفقر :

كان بعض العرب قبل الإسلام يقتلون أولادهم خشية الفقر ، فنهاهم القرآن عن ذلك ، وأخبرهم بأن رزقهم ورزق أولادهم بيد الله .

﴿ وَلا تَقْتُلُوا أَوْلادَكُمْ خَشْيَةَ إِمْلاقٍ نَّحْنُ نَرْزُقُهُمْ وَإِيَّاكُمْ إِنَّ قَتْلَهُمْ كَانَ خِطْئًا كَبِيرًا ﴾ (الإسراء : ٣١) .

﴿ ... وَلا تَقْتُلُوا أَوْلادَكُم مِّنْ إِمْلاقٍ نَّحْنُ نَرْزُقُكُمْ وَإِيَّاهُمْ ... ﴾

(الأنعام : ١٥١) .

ومن شأن الإيمان بالله أن يقضى على الخوف من الفقر ، فالمؤمن الصادق الإيمان يعلم يقينا أن الرزق بيد الله ، فلا داعى إذن للخوف من الفقر ..

قال تعالى :

﴿ وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ ﴾ (الذاريات : ٢٢) .

﴿ إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ ﴾ (الذرايات : ٥٨) .

الخوف من الناس :

أشار القرآن إلى خوف موسى وهارون عليهما السلام من بطش فرعون قال تعالى :

﴿ قَالا رَبَّنَا إِنَّنَا نَخَافُ أَن يَفْرُطَ عَلَيْنَا أَوْ أَن يَطْغَىٰ ﴾ (طه : ٤٥) .

وكذلك فإن كثير من الناس يخافون أن يبطش بهم الأقوياء وذوو النفوذ والسلطان والطغاة والظالمون ولكن المؤمن الصادق الإيمان لايخاف الناس ، فهو يعلم أن الناس لايستطيعون أن يضروه إلا بما كتب الله عليه، مصدقاً لقول الرسول(ﷺ) لعبد الله بن عباس :

« .... اعلم أن الأمة لو إجتمعوا على أن ينفعوك لم ينفعوك إلا بشئ قد كتبه الله لك ، ولو إجتمعوا على أن يضرورك لم يضروك إلا بشئ قد كتبه الله عليك ....» الحديث رواه أحمد بن حنبل .

إن الخوف الحقيقى ، إذن الذى يشعر به المؤمن هو الخوف من الله . لأن إيمانه بالله لايجعله يخاف الموت ، أو الفقر ، أو الناس ، أو أى شئ آخر فى العالم ، وإنما هو يخاف فقط من غضب الله وسخطه وعذابه.

ويؤدى الخوف من الله وظيفة هامة ومفيدة فى حياة المؤمن ، إذ يجنبه إرتكاب المعاصى ، فيقيه بذلك من غضب الله وعذابه ، ويحثه على أداء العبادات والقيام بالأعمال الصالحة إبتغاء مرضاة الله ، فالخوف منَ الله يؤدى ، فى نهاية الأمر ، إلى تحقيق الأمن النفسى إذ يغمر المؤمن شعور الرجاء فى عفو الله تعالى ورضوانه .

﴿ إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلائِكَةُ أَلاَّ تَخَافُوا وَلا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ (٣٠) ﴾ (فصلت :٣٠) .



(ب) الغضب (*)

نوّه القرآن الكريم بإستخدام الشدة مع الكفار الذين يقاومون إنتشار الإسلام ، وهى شدة نابعة من الغضب فى سبيل الله وفى سبيل نشر دعوته ، فقال فى وصف الرسول عليه الصلاة والسلام ومن معه من المؤمنين .

﴿مُحَمَّدٌ رَّسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ....﴾ (الفتح : ٢٩) .

وأمر الله تعالى النبىّ (ﷺ) ومن معه من المؤمنين بأن يقاتلوا الكفار وأن يغلظوا عليهم . والقتال والغلظة ينبعثان من الغضب فى سبيل نشر دعوة الإسلام .

(*) الغضب إنفعال هام يؤدى وظيفة هامة للإنسان حيث أنه يساعده على حفظ ذاته ، فحينما يغضب الإنسان تزداد طاقته على القيام بالمجهود العضلى العنيف مما يمكنه من الدفاع عن النفس أو التغلب على العقبات التى تعوقه عن تحقيق أهدافه الهامه . ويحدث أثناء إنفعال الغضب ، والانفعالات الأخرى ، كثير من التغيرات الفسيولوجية فى جسم الإنسان من بينها أفراز هرمون الادرينالين الذى يؤثر على الكبد ويجعله يفرز كميات زائدة من السكر مما يسبب زيادة الطاقة فى الجسم ويجعله متهيئاً لبذل المجهودات العنيفة التى يتطلبها الدفاع عن النفس أثناء الغضب ، أو الجرى أثناء الخوف .

قال تعالى :

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قَاتِلُوا الَّذِينَ يَلُونَكُم مِّنَ الْكُفَّارِ وَلْيَجِدُوا فِيكُمْ غِلْظَةً وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ مَعَ الْمُتَّقِينَ﴾ (التوبة ١٢٣) .

﴿يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ جَاهِدِ الْكُفَّارَ وَالْمُنَافِقِينَ وَاغْلُظْ عَلَيْهِمْ وَمَأْوَاهُمْ جَهَنَّمُ وَبِئْسَ الْمَصِيرُ﴾ (التحريم : ٩) .

وقد جاء فى القرآن وصف لإنفعال الغضب وتأثيره فى سلوك الإنسان. نجد ذلك فيما ذكره عن غضب موسى عليه السلام حينما عاد إلى قومه ووجدهم يعبدون العجل الذى صنعه لهم السامرى من الذهب فألقى الألواح وأمسك برأس أخيه يجره إليه معاتباً :

﴿وَلَمَّا رَجَعَ مُوسَىٰ إِلَىٰ قَوْمِهِ غَضْبَانَ أَسِفًا قَالَ بِئْسَمَا خَلَفْتُمُونِي مِن بَعْدِي أَعَجِلْتُمْ أَمْرَ رَبِّكُمْ وَأَلْقَى الأَلْوَاحَ وَأَخَذَ بِرَأْسِ أَخِيهِ يَجُرُّهُ إِلَيْهِ قَالَ ابْنَ أُمَّ إِنَّ الْقَوْمَ اسْتَضْعَفُونِي وَكَادُوا يَقْتُلُونَنِي فَلا تُشْمِتْ بِيَ الأَعْدَاءَ وَلا تَجْعَلْنِي مَعَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ﴾ (الأعراف : ١٥٠) .

﴿قَالَ يَا هَارُونُ مَا مَنَعَكَ إِذْ رَأَيْتَهُمْ ضَلُّوا ﴿٩٢﴾ أَلاَّ تَتَّبِعَنِ أَفَعَصَيْتَ أَمْرِي ﴿٩٣﴾ قَالَ يَا بْنَؤُمَّ لا تَأْخُذْ بِلِحْيَتِي وَلا بِرَأْسِي إِنِّي خَشِيتُ أَن تَقُولَ فَرَّقْتَ بَيْنَ بَنِي إِسْرَائِيلَ وَلَمْ تَرْقُبْ قَوْلِي﴾ (طه : ٩٢ ـ ٩٤) .

ويميل الإنسان إلى أن يستجيب لإنفعال الغضب بتوجيه العدوانَ إلى العقبات التى تعوق إشباع دوافعه أو تحقيق أهدافه ، سواء كانت هذه العقبات أشخاصاً ، أو عوائق مادية ، أو قيوداً إجتماعية . غير أن كثيراً

مايحدث أن ينقل الغضب أو يحول إلى أشخاص آخرين لم يكونوا هم فى الحقيقة العقبة التى حالت دون تحقيق أهداف الإنسان ، أو لم يكونوا هم السبب الحقيقى فى إثارة إنفعال الغضب .

وقد أورد القرآن مثال لذلك فيما قام به موسى عليه السلام حينما غضب من قومه لعبادتهم العجل ، ولكنه وجه غضبه لأول وهلة إلى أخيه هارون عليه السلام ، فأمسك برأسه ولحيته يجره إليه غاضباً .

كما ذكر القرآن أيضاً مثالا يوضح عملية نقل العدوان وتوجيهه إلى الذات بدلا من توجيهه إلى الشخص المثير للغضب فى الحقيقة ، وذلك حينما وصف القرآن المنافقين وذكر أنهم يعضون أناملهم من غيظهم من المؤمنين .

وحينما يعض الإنسان أنامله من الغيظ (*) ، فهو أنما يوجه العدوان إلى نفسه ، ويقوم بإيذائها ـ ولو بشكل رمزى ـ بدلا من توجيه العدوان إلى الآخرين وإيذائهم .

قال تعالى :

﴿هَا أَنتُمْ أُوْلاءِ تُحِبُّونَهُمْ وَلا يُحِبُّونَكُمْ وَتُؤْمِنُونَ بِالْكِتَابِ كُلِّهِ وَإِذَا لَقُوكُمْ قَالُوا آمَنَّا وَإِذَا خَلَوْا عَضُّوا عَلَيْكُمُ الأَنَامِلَ مِنَ الْغَيْظِ قُلْ مُوتُوا بِغَيْظِكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ﴾ (آل عمران : ١١٩) .

(*) الغيظ : الغضب .. وفى المعجم الوسيط : (غاظه) غيظا : أغضبه أشد الغضب .

وبين القرآن أن الإنسان تتعطل قدرته على التفكير السليم ، وقد تصدر عنه بعض الأفعال أو الأقوال العدوانية التى قد يندم عليها فيما بعد، حينما يهدأ غضبه .

ففى الآيات التى تصف غضب موسى عليه السلام رأينا كيف أنه القى الألواح وأمسك برأس أخيه ولحيته وجره إليه غاضباً ومعاتباً ظنا منه أنه قصر فى نهيهم عما فعلوا فى عبادة العجل . فلما زال غضبه وعاد إلى هدوئه وعرف أنه نهاهم عن ذلك ولكنهم إستضعفوه وكادوا يقتلونه، استغفر الله على ما فعل بأخيه قبل أن يعرف حقيقه ماحدث .

﴿قَالَ رَبِّ اغْفِرْ لِي وَلأَخِي وَأَدْخِلْنَا فِي رَحْمَتِكَ وَأَنتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ﴾ (الأعراف : ١٥١) .



(ج) الحـب

يلعب الحب دوراً هاماً فى حياة الإنسان . فهو أساس الحياة الزوجية ، وتكوين الأسـرة ورعـاية الأبناء ، وهو أسـاس التـآلف بين الناس وتكوين العلاقات الإنسانية الحميمة ، وهو الرباط الوثيق الذى يربط الإنسان بربه ويجعله يخلص فى عبادته ، وفى إتباع منهجه ، والتمسك بشريعته . وهو العلاقه الروحية العميقة الجذور التى تربط المسلمين بالرسول (ﷺ) ، والتى تدفعهم إلى التمسك بسنته ، وإتباع تعاليمه وأوامره ، واتخاذه مثلاً أعلى يقتدون به فى جميع أفعاله .

ويظهر الحب فى حياة الإنسان فى صور مختلفة . فقد يحب الإنسان ذاته ، ويحب الناس ، ويحب زوجتـه وأولاده ، ويحب المال ، ويحب الله والرسول ، ويحب الكون كله بما فيه من مخلوقات الله تعالى: إن حب المؤمن الكامل الإيمان حب عـام شـامل ، يسع الكون كله. **ونجد فى القرآن الكريم ذكرا لهذه الأنواع المختلفة من الحب .**

حب الذات :

يرتبط حب الذات ارتباطاً وثيقاً بدوافع حفظ الذات ، فالإنسان يحب أن يحيى وينمى إمكانياته ويحقق ذاته ، ويحب كل ما يجلب له الخير والأمن والسعـادة . وهو يكره كل ما يعوقه عن الحياة والنمو وتحقيق

الذات ، وكل ما يجلب له الألم والأذى والضرر . وقد عبر القرآن عن هذا الحب الفطرى فى الإنسان لذاته ، وميله إلى طلب كل ما يفيدها وينفعها ، وتجنب ما يضرها ويسؤوها ، وذلك حينما ذكر على لسان النبىّ عليه الصلاة والسلام ، أنه لو كان يعلم الغيب لاستكثر من الخير لنفسه، ولدفع عنها السوء والأذى .

قال تعالى :

﴿ .. وَلَوْ كُنتُ أَعْلَمُ الْغَيْبَ لاسْتَكْثَرْتُ مِنَ الْخَيْرِ وَمَا مَسَّنِيَ السُّوءُ﴾

(الأعراف : ١٨٨) .

ومن مظاهر حب الإنسان لذاته حبه الشديد للمال الذى يستطيع أن يحقق به جميع رغباته ، وأن يهيئ لنفسه جميع الراحة والرفاهية فى الحياة . وقد ذكر القرآن حب الإنسان الشديد للمال .

﴿ وَإِنَّهُ لِحُبِّ الْخَيْرِ لَشَدِيدٌ ﴾ (العاديات : ٨) .

ومن مظاهر حب الإنسان لذاته أيضاً أنه دائم الدعاء للخير لنفسه من مال وصحة وغير ذلك من خيرات الحياة ونعمها ، وإذا أصابه سوء أو بلاء أو فقر تملكه اليأس الشديد وظن أنه لن يتهيأ له بعد ذلك خير .

قال تعالى :

﴿ لا يَسْأَمُ الإِنسَانُ مِن دُعَاءِ الْخَيْرِ وَإِن مَّسَّهُ الشَّرُّ فَيَئُوسٌ قَنُوطٌ ﴾

(فصلت : ٤٩) .

ومن مظاهر حب الإنسان لذاته أيضاً أنه إذا أصابه بلاء أو أذى انتابه

الجزع والهلع على ما حلَّ به ، وييئس من الخير ، وكفر بنعم الله السابقة عليه ، وجحد بها ، وإذا أصاب سعة من المال فرح به وبطر وحرص عليه حرصاً شديداً ، وامتنع عن التصدق بجزء منه على الفقراء والمحتاجين .

﴿ إِنَّ الإِنسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ﴾ (المعارج : ١٩ ، ٢٠) .

﴿ إِذَا أَذَقْنَا الإِنسَانَ مِنَّا رَحْمَةً فَرِحَ بِهَا وَإِن تُصِبْهُمْ سَيِّئَةٌ بِمَا قَدَّمَتْ أَيْدِيهِمْ فَإِنَّ الإِنسَانَ كَفُورٌ ﴾ (الشورى : ٤٨) .

حب الناس :

أثنى الله تعالى على من يقاوم الإسراف فى حبه لذاته ، ويتخلص من مظاهر الهلع والجزع إذا مسه شر ، ومن البخل إذا ناله خير ، وذلك عن طريق التمسك بالإيمان ، وإقامة الصلاة ، وإيتاء الزكاة ، والتصدق على الفقراء والمساكين والمحرومين ، والإبتعاد عما يبغض الله ، فإن من شأن هذا الإيمان أن يوازن بين حب الإنسان لنفسه وحبه للناس بما يحقق مصلحة الفرد والجماعة .

﴿ إِنَّ الإِنسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ﴿٢١﴾ إِلاَّ الْمُصَلِّينَ ﴿٢٢﴾ الَّذِينَ هُمْ عَلَىٰ صَلاتِهِمْ دَائِمُونَ ﴿٢٣﴾ وَالَّذِينَ فِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ مَّعْلُومٌ ﴿٢٤﴾ لِّلسَّائِلِ وَالْمَحْرُومِ ﴿٢٥﴾ وَالَّذِينَ يُصَدِّقُونَ بِيَوْمِ الدِّينِ ﴿٢٦﴾ وَالَّذِينَ هُم مِّنْ عَذَابِ رَبِّهِم مُّشْفِقُونَ ﴾

(المعارج : ١٩ ـ ٢٧)

ويشيد القرآن بالمحبة والتآلف بين الناس ، وبتعاونهم وتماسكهم وتآخيهم .

﴿ وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا وَاذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ كُنتُمْ أَعْدَاءً فَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِكُمْ فَأَصْبَحْتُم بِنِعْمَتِهِ إِخْوَانًا .... ﴾

(آل عمران : ١٠٣) .

﴿ هُوَ الَّذِي أَيَّدَكَ بِنَصْرِهِ وَبِالْمُؤْمِنِينَ ﴿٦٢﴾ وَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ لَوْ أَنفَقْتَ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا مَّا أَلَّفْتَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ وَلَٰكِنَّ اللَّهَ أَلَّفَ بَيْنَهُمْ إِنَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ﴾ (الأنفال : ٦٢ ، ٦٣) .

وأثنى القرآن على الأنصار لما أظهروه من محبة صادقة للمهاجرين من المسلمين ، ولتقديمهم يد العون اليهم إذ آووهم وشاركوهم فى مساكنهم وأموالهم وآثروهم على أنفسهم .

﴿ وَالَّذِينَ تَبَوَّءُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ مِن قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِّمَّا أُوتُوا وَيُؤْثِرُونَ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَن يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴾ (الحشر : ٩) .

ويدعو القرآن المؤمنين إلى أن يحب كل منهم الآخر كما يحب الأخ أخاه ، وفى ذلك توجيه للإنسان إلى عدم الإسراف فى حب نفسه ، وتوجيه له إلى حب إخوانه فى الإيمان مما من شأنه إن يعادل حبه لنفسه ويحدّ من شدته .

﴿ إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ﴾ (الحجرات : ١٠) .

﴿ وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ .... ﴾ (التوبة : ٧١)

وعن الرسول (ﷺ) أنه قال : «لاتدخلون الجنة حتى تؤمنوا ، ولاتؤمنوا حتى تحابوا ، أولا أدلكم على شئ إذا فعلتموه تحاببتم ؟ أفشوا السلام بينكم» (صحيح مسلم) .

وقال (ﷺ) أيضاً : «والذى نفسى بيده ، لايؤمن عبد حتى يحب لجاره أو قال لأخيه ما يحب لنفسه» (صحيح مسلم) .

الحب الجنسى :

يرتبط الحب بالدافع الجنسى إرتباطاً وثيقاً ، فهو الذى يعمل على إستمرار التآلف والإنسجام والتعاون بين الزوجين ، وهو أمر ضرورى لإستمرار الحياة الأسرية .

﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (الروم : ٢١) .

﴿ زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ .... ﴾ (آل عمران : ١٤) .

وأشار القرآن أيضاً إلى الحب الجنسى أثناء ذكره لقصة يوسف عليه السلام مع إمرأة العزيز .

﴿ وَقَالَ نِسْوَةٌ فِي الْمَدِينَةِ امْرَأَةُ الْعَزِيزِ تُرَاوِدُ فَتَاهَا عَن نَّفْسِهِ قَدْ شَغَفَهَا حُبًّا إِنَّا لَنَرَاهَا فِي ضَلالٍ مُّبِينٍ ﴾ (يوسف : ٣٠) .

﴿ قَالَتْ فَذَلِكُنَّ الَّذِي لُمْتُنَّنِي فِيهِ وَلَقَدْ رَاوَدتُّهُ عَن نَّفْسِهِ فَاسْتَعْصَمَ وَلَئِن لَّمْ يَفْعَلْ مَا آمُرُهُ لَيُسْجَنَنَّ وَلَيَكُونًا مِّنَ الصَّاغِرِينَ ﴿٣٢﴾ قَالَ رَبِّ السِّجْنُ أَحَبُّ إِلَيَّ مِمَّا يَدْعُونَنِي إِلَيْهِ وَإِلاَّ تَصْرِفْ عَنِّي كَيْدَهُنَّ أَصْبُ إِلَيْهِنَّ وَأَكُن مِّنَ الْجَاهِلِينَ ﴾ (يوسف : ٣٢ ، ٣٣) .

إن الإسلام يعترف بالدافع الجنسى ولاينكره ، وهو بطبيعة الحال يعترف بالحب الجنسى المصاحب له لأنه إنفعال فطرى فى طبيعة الإنسان لاينكره الإسلام ، ولايحقره ولايكتبه ، ولكن الإسلام يدعو فقط إلى السيطرة على هذا الحب والتحكم فيه وذلك عن طريق إشباعه بالطريق المشروع وهو الزواج .

الحب الأبوى :

ترتبط الأم بوليدها برباط قوى نتيجة التغيرات الفسيولوجية والبدنية التى تحدث لها أثناء الحمل والولادة والرضاعة ويظهر ذلك واضحاً فى حب الأم لأولادها وحنوها عليهم ، ورعايتها لهم .

أما حب الآباء لأبناءهم فلأنهم مصدر متعه وسرور لهم ، ومصدر قوة وجاه وعامل هام فى إستمرار دور الأب فى الحياة ، وفى بقاء ذكراه بعد موته ، يتضح ذلك من دعاء زكريا عليه السلام ربه أن يهبه غلاماً يرثه ويرث آل يعقوب .

﴿قَالَ رَبِّ إِنِّي وَهَنَ الْعَظْمُ مِنِّي وَاشْتَعَلَ الرَّأْسُ شَيْبًا وَلَمْ أَكُنْ بِدُعَائِكَ رَبِّ شَقِيًّا ﴿٤﴾ وَإِنِّي خِفْتُ الْمَوَالِيَ مِن وَرَائِي وَكَانَتِ امْرَأَتِي عَاقِرًا فَهَبْ لِي مِن لَّدُنكَ وَلِيًّا ﴿٥﴾ يَرِثُنِي وَيَرِثُ مِنْ آلِ يَعْقُوبَ وَاجْعَلْهُ رَبِّ رَضِيًّا ﴾
(مريم : ٤ ـ ٦) .

ويلاحظ أن حب البنين جاء فى القرآن مقروناً بحب المال فى كثير من الآيات ، فكل من البنين والمال من أسباب القوة والمتعة للإنسان .

﴿الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا....﴾ (الكهف : ٤٦) .

﴿ ثُمَّ رَدَدْنَا لَكُمُ الْكَرَّةَ عَلَيْهِمْ وَأَمْدَدْنَاكُم بِأَمْوَالٍ وَبَنِينَ وَجَعَلْنَاكُمْ أَكْثَرَ نَفِيرًا﴾ (الإسراء : ٦) .

﴿وَيُمْدِدْكُم بِأَمْوَالٍ وَبَنِينَ وَيَجْعَل لَّكُمْ جَنَّاتٍ وَيَجْعَل لَّكُمْ أَنْهَارًا﴾
(نوح : ١٢) .

﴿ذَرْنِي وَمَنْ خَلَقْتُ وَحِيدًا ﴿١١﴾ وَجَعَلْتُ لَهُ مَالاً مَّمْدُودًا ﴿١٢﴾ وَبَنِينَ شُهُودًا﴾ (المدثر : ١١ ـ ١٣) .

وأشار القرآن إلى الحب الأبوى أثناء ذكره لقصة نوح عليه السلام ، وما كان يُكنه من حب لإبنه حينما ناداه فى عطف ومحبه وحنان مطالباً له ركوب السفنية لينجو من الغرق .

﴿ .... وَنَادَىٰ نُوحٌ ابْنَهُ وَكَانَ فِي مَعْزِلٍ يَا بُنَيَّ ارْكَب مَّعَنَا وَلا تَكُن مَّعَ الْكَافِرِينَ﴾ (هود : ٤٢) .

كما يظهر ذلك الحب أيضاً فى دعاء نوح عليه السلام لله تعالى أن ينجى إبنه .

﴿ وَنَادَىٰ نُوحٌ رَّبَّهُ فَقَالَ رَبِّ إِنَّ ابْنِي مِنْ أَهْلِي وَإِنَّ وَعْدَكَ الْحَقُّ وَأَنتَ أَحْكَمُ الْحَاكِمِينَ ﴾ (هود : ٤٥) .

ويظهر الحب الأبوى واضحاً أيضاً فى حب يعقوب عليه السلام لإبنه يوسف عليه السلام وأخيه الأصغر ، مما جعل أخوته يغارون منهما ويحقدون عليهما .

﴿ .... إِذْ قَالُوا لَيُوسُفُ وَأَخُوهُ أَحَبُّ إِلَىٰ أَبِينَا مِنَّا وَنَحْنُ عُصْبَةٌ إِنَّ أَبَانَا لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ ﴾ (يوسف : ٨) .

ويظهر هذا الحب الأبوى أيضاً حينما عارض يعقوب ـ عليه السلام ـ فى أول الأمر ذهاب يوسف عليه السلام مع أخوته خوفاً عليه .

﴿ قَالَ إِنِّي لَيَحْزُنُنِي أَن تَذْهَبُوا بِهِ وَأَخَافُ أَن يَأْكُلَهُ الذِّئْبُ وَأَنتُمْ عَنْهُ غَافِلُونَ ﴾ (يوسف : ١٣) .

ويظهر الحب الأبوى أيضاً بوضوح من بكاء يعقوب عليه السلام حزناً وأسفاً على ابنه يوسف عليه السلام حتى فقد بصره .

﴿ وَتَوَلَّىٰ عَنْهُمْ وَقَالَ يَا أَسَفَىٰ عَلَىٰ يُوسُفَ وَابْيَضَّتْ عَيْنَاهُ مِنَ الْحُزْنِ فَهُوَ كَظِيمٌ ﴾ (يوسف : ٨٤) .

ويظهر الحب الأبوى عادة فى إهتمام الأب بأبنائه وفى رعايته لهم ونصحهم وتوجيههم إلى مافيه مصلحتهم وخيرهم . ويضرب لنا القرآن

مثالاً لدور الأب الحكيم فى نصح أبنائه وتوجيههم بما جاء على لسان لقمان من نصائح حكيمة نصح بها إبنه :

﴿وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لابْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ ﴿١٣﴾ وَوَصَّيْنَا الإِنسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ ﴿١٤﴾ وَإِن جَاهَدَاكَ عَلَىٰ أَن تُشْرِكَ بِي مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ فَلا تُطِعْهُمَا وَصَاحِبْهُمَا فِي الدُّنْيَا مَعْرُوفًا وَاتَّبِعْ سَبِيلَ مَنْ أَنَابَ إِلَيَّ ثُمَّ إِلَيَّ مَرْجِعُكُمْ فَأُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ ﴿١٥﴾ يَا بُنَيَّ إِنَّهَا إِن تَكُ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِّنْ خَرْدَلٍ فَتَكُن فِي صَخْرَةٍ أَوْ فِي السَّمَوَاتِ أَوْ فِي الأَرْضِ يَأْتِ بِهَا اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ لَطِيفٌ خَبِيرٌ ﴿١٦﴾ يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنكَرِ وَاصْبِرْ عَلَىٰ مَا أَصَابَكَ إِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الأُمُورِ ﴿١٧﴾ وَلا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلا تَمْشِ فِي الأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴿١٨﴾ وَاقْصِدْ فِي مَشْيِكَ وَاغْضُضْ مِن صَوْتِكَ إِنَّ أَنكَرَ الأَصْوَاتِ لَصَوْتُ الْحَمِيرِ﴾ (لقمان الآيات : ١٣ ـ ١٩) .

حب الله :

ان ذروة الحب عند الإنسان ، واكثره سموا وصفاءً وروحانية هو حبه للهّ سبحانه وتعالى ، وشوقه الشديد إلى التقرب منه ، لافى صلواته وتسبيحاته ودعواته فقط ، ولكن فى كل عمل يقوم به ، وفى كل سلوك يصدر منه ، إذ يكون توجهه فى كل أعماله وتصرفاته إلى الله سبحانه وتعالى راجياً منه تعالى القبول والرضوان .

وقد بين القرآن أن حب الله تعالى هو غاية كل مؤمن ، وهو القوة الدافعة لطاعة الله وطاعة رسوله (ﷺ) .

﴿قُلْ إِن كُنتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ﴾ (آل عمران : ٣١) .

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا مَن يَرْتَدَّ مِنكُمْ عَن دِينِهِ فَسَوْفَ يَأْتِي اللَّهُ بِقَوْمٍ يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُ أَذِلَّةٍ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ أَعِزَّةٍ عَلَى الْكَافِرِينَ يُجَاهِدُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلا يَخَافُونَ لَوْمَةَ لائِمٍ ذَلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَن يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ﴾ (المائدة : ٥٤) .

كما ذكر أن حب المؤمن لله يفوق حبه لأى شئ آخر فى الحياة ، يفوق حبه لذاته ولأبنائه ولزوجته ، ولأبويه ولأهل ولأمواله .

﴿قُلْ إِن كَانَ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيرَتُكُمْ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسَاكِنُ تَرْضَوْنَهَا أَحَبَّ إِلَيْكُم مِّنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّىٰ يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ وَاللَّهُ لا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ﴾ (التوبة : ٢٤) .

﴿وَمِنَ النَّاسِ مَن يَتَّخِذُ مِن دُونِ اللَّهِ أَندَادًا يُحِبُّونَهُمْ كَحُبِّ اللَّهِ وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِّلَّهِ ......﴾ (البقرة : ١٦٥) .

وفى هذا المعنى قال رسول الله (ﷺ) :-

«ثلاث من كن فيه وجد حلاوة الإيمان أن يكون الله ورسوله أحب اليه مما سواهما ، وأن يحب المرء لايحبه إلا لله ، وأن يكره أن يعود في الكفر كما يكره أن يقذف به في النار .... »

(الشيخان والترمذى والنسائى عن أنس) .

إن حب المؤمن لله تعالى وعبادته له ، إنما هما مطلبه الأسمى وغايته القصوى التى يتحقق بهما له أعظم السعادة والسرور والبهجة والأمن والطمأنينة ، سواء فى الدنيا أو فى الآخرة . يقول ابن تيمية فى هذا المعنى:

« .... فكلما ازداد القلب حبا له (لله) إزداد له عبودية ، وكلما ازداد له عبودية ، إزداد له حبا وفضّله عما سواه ، والقلب فقير بالذات إلى الله من وجهين : من جهة العبادة ، وهى العلة الغائية ، ومن جهة الإستعانة والتوكل وهى العلة الفاعلة . فالقلب لايصلح ، ولايفلح ، ولاينعم ، ولايسر ، ولايلتذ ، ولايطيب ، ولايسكن ، ولايطمئن ، الا بعبادة ربه وحبه والإنابة اليه . ولو حصل له كل ما يلتذ به من المخلوقات ، لم يطمئن ، ولم يسكن إذ فيه فقر ذاتى إلى ربه من حيث هو معبودة ومحبوبه ومطلوبه ، وبذلك يحصل له الفرح والسرور واللذّة والنعمة والسكون والطمأنينة» (*) .

ويقول ابن قيم الجوزية أيضاً فى هذا المعنى :

(*) أحمد بن تيميه : العبودية : المكتب الإسلامى بيروت ١٩٨٣ .

« ... لاشئ أحب إلى القلوب من خالقها وفاطرها ، فهو الهها ومعبودها ، ووليها ومولاها ، وربها ومدبرها ورازقها ، ومميتها ومحييها. فمحبته نعيم النفوس ، وحياة الأرواح وسرور النفوس ، وقوت القلوب ، ونور العقول . وقرة العيون ، وعمارة الباطن ، فليس عند القلوب السليمة والأرواح الطيبة ، والعقول الزاكية ، أحلى ، ولاألذ ، ولا أطيب ، ولا أسّر، ولا أنعم من محبته والأنس به ، والشوق إلى لقائه ، والحلاوة التى يجدها فى قلبه بذلك فوق كل حلاوة ، والنعيم الذى يحصل له بذلك أتم من كل نعيم ، واللذة التى تناله أعلى من كل لذة ...

فالقلب لايفلح ولايصلح ، ولايتنعم ، ولايبتهج ، ولايلتذ ، ولايطمئن، ولايسكن ، الا بعبادة ربه وحبه ، والإنابة اليه . ولو حصل له جميع ما يلتذ به من المخلوقات لم يطمئن اليها ، ولم يسكن اليها ، بل لاتزيده إلا فاقة وقلقا ، حتى يظفر بما خلق له ، وهيّئ له : من كون الله وحده نهاية مرادة ، وغاية مطالبه ، فإن فيه فقراً ذاتياً إلى ربه والهه ، من حيث هو معبوده ومحبوبه ، والهه ومطلوبه ، كما أن فيه فقراً ذاتياً إليه من حيث هو ربه وخالقه ورازقه ومدبره ، وكلما تمكنت محبة الله من القلب وقويت فيه أخرجت منه تألهه لما سواه وعبوديته له» (*) .

حب الرسول :

ويأتى بعد حب الله تعالى فى ذروة السمو والنقاء والروحانية ـ حب الرسول (ﷺ) الذى أرسله الله تعالى رحمة للعالمين ، ليهديهم ويزكيهم،

(*) ابن القيم الجوزية : إغاثة اللهفان من مصايد الشيطان . بيروت دار المعرفة .

ويعلمهم الكتاب والحكمة ، والذى إصطفاه الله تعالى ليكون خاتم النبيّين ، ورسوله للناس كافه ، وأنزل عليه القرآن الكريم كتاب الله الخالد المصدق لما سبق من الكتب السماوية والمهيمن عليها . ولقد كان الرسول صلوات الله عليه وسلامه المثل الكامل للإنسان فى أخلاقه وسلوكه وفيما تحلى به من محاسن الصفات والخصال ، وما أدل على ذلك من وصف القرآن له بأنه على خلق عظيم .

﴿ وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ ﴾ (القلم : ٤) .

والمؤمن الصادق الإيمان يحمل كل الحب للرسول صلوات الله عليه وسلامه الذى تحمل مشاق الدعوة ، وجاهد جهاد الأبطال حتى نشر الإسلام فى ربوع العالم ، ونقل الإنسانية من ظلمات الضلالة إلى نور الهداية . وقد أوصانا القرآن بحب الرسول عليه الصلاة والسلام ، وقرن حبه بحب الله :

﴿ قُلْ إِن كَانَ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيرَتُكُمْ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسَاكِنُ تَرْضَوْنَهَا أَحَبَّ إِلَيْكُم مِّنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّىٰ يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ وَاللَّهُ لا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ ﴾ (التوبة : ٢٤) .

والمؤمن الصادق الإيمان يتخذ من الرسول عليه الصلاة والسلام المثل الأعلى الذى يقتدى به فى أخلاقه ، ويحذو حذوه فى سلوكه ويهتدى بسيرته العطرة .

﴿ لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا ﴾ (الأحزاب : ٢١) .

(د) الفرح

يشعر الإنسان بإنفعال الفرح أو السرور إذا نال ما تمناه ، وحصّل ما يحب أن يحصل عليه من مال ، أو نفوذ ، أو نجاح ، أو علم ، أو إيمان وتقوى . فالفرح أمر نسبى يتوقف على أهداف الإنسان فى الحياة . فمن كان هدفه فى الحياة جمع المال ، والحصول على القوة والنفوذ وغير ذلك من متاع الدنيا ، كان نجاحه فى تحقيق هذه الأهداف باعثاً على فرحه وسروره . ومن كان هدفه فى حياته التمسك بالإيمان والتقوى والعمل الصالح لكى يحصل على السعادة فى الحياة الآخرة ، كان ذلك مصدر أمنه وطمأنينتة وسروره . وقد ذكر القرآن هذين النوعين من الفرح، فذكر فرح الكفار بمتاع الحياة الدنيا .

﴿ ..... وَفَرِحُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فِي الآخِرَةِ إِلاَّ مَتَاعٌ ﴾ (الرعد : ٢٦) .

وذكر القرآن أيضاً فرح المؤمنين بما أُنزل إليهم من آيات القرآن الذى يهديهم إلى الحق ، والذى فيه شفاء لهم وهدى ورحمة .

﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُم مَّوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾ قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ ﴾ (يونس : ٥٧ ، ٥٨)

ومن كان متاع الحياة الدنيا هو مصدر فرحة وسروره ، وهو شأن معظم الناس ، فإنه لاينعم فى الواقع بالحياة السعيدة المطمئنة المستقرة . وذلك لأنه إذا ما أنعم الله عليه بنعمة الصحة وسعة الرزق ووفرة المال شعر بالفرح والسعادة ، وشغله متاع الدنيا ونعمتها عن ذكر الله تعالى وشكره. وإذا ما أصابه ضرر أو بلاء ، وفقد بعض النعم التى كان يتمتع بها ، تملكه اليأس ، وجحد النعم الأخرى التى لايزال ينعم بها ، وهكذا يعيش مثل هذا الإنسان فى إضطراب مستمر ، وفى تقلب دائم بين الشعور بالسعادة والشعور باليأس .

﴿ وَلَئِنْ أَذَقْنَا الإِنسَانَ مِنَّا رَحْمَةً ثُمَّ نَزَعْنَاهَا مِنْهُ إِنَّهُ لَيَئُوسٌ كَفُورٌ ⑨ وَلَئِنْ أَذَقْنَاهُ نَعْمَاءَ بَعْدَ ضَرَّاءَ مَسَّتْهُ لَيَقُولَنَّ ذَهَبَ السَّيِّئَاتُ عَنِّي إِنَّهُ لَفَرِحٌ فَخُورٌ ﴾ (هود ٩ ، ١٠) .

أما من كان مصدر فرحه وسروره هو تمسكه بالإيمان والتقوى والعمل الصالح وإتباع منهج الله فى حياته فهو يشعر فى الواقع بالسعادة الحقيقية المستقرة الدائمة ويصدق عليه قول الله تعالى :

﴿ مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴾ (النحل : ٩٧) .

ويضيف القرآن أيضاً السرور الذى يشعر به المؤمن يوم الحساب حينما ينجيه الله تعالى من شر ذلك اليوم ويدخله برحمته فى جنة النعيم .

﴿ فَوَقَاهُمُ اللَّهُ شَرَّ ذَلِكَ الْيَوْمِ وَلَقَّاهُمْ نَضْرَةً وَسُرُورًا ﴾

(الإنسان : ١١) .

(هـ) الكُره

الكُره إنفعال مضاد لإنفعال الحب ، وهو عبارة عن شعور بعدم الإستحسان ، وعدم التقبل ، أو الشعور بالنفور والاشمئزاز ، وبرغبة فى الإبتعاد عن الموضوعات التى تثير هذا الشعور ، سواء كانت أشخاصاً أو أشياءً أو أفعالا .

وبالرغم من أن الحب هو أساس الحياة الزوجية ، الا أنه قد يحدث أحياناً بين الزوجين من سوء التفاهم وكثرة المشاحنات والخلافات ما قد يؤدى إلى نشوء الكراهية بينهما . وقد أشار القرآن الى ما قد يحدث أحياناً بين الأزواج من كراهية ودعانا إلى محاولة التغلب عليها حتى يمكن للحياة الزوجية أن تستمر .

قال تعالى :

﴿ .....وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِن كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَىٰ أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا ﴾ (النساء : ١٩) .

وقد يكره الإنسان شخصاً آخر أو بعض الأشخاص الآخرين لإختلافه معهم فى الرأى ، أو بسبب الغيرة منهم لتفوقهم عليه فى أمر من الأمور ، أو لما يسببونه له من إحباط، أو لغير ذلك من الأسباب التى تبعث الكراهية فى النفس ، وقد كان الكفار والمنافقون يكرهون المؤمنين ويحقدون

عليهم ، إذا أصابهم شر فرحوا به ، وإذا نالوا خيرا ساءهم ذلك. قال تعالى :

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا تَتَّخِذُوا بِطَانَةً مِّن دُونِكُمْ لا يَأْلُونَكُمْ خَبَالاً وَدُّوا مَا عَنِتُّمْ قَدْ بَدَتِ الْبَغْضَاءُ مِنْ أَفْوَاهِهِمْ وَمَا تُخْفِي صُدُورُهُمْ أَكْبَرُ قَدْ بَيَّنَّا لَكُمُ الآيَاتِ إِن كُنتُمْ تَعْقِلُونَ ﴿١١٨﴾ هَا أَنتُمْ أُوْلاءِ تُحِبُّونَهُمْ وَلا يُحِبُّونَكُمْ وَتُؤْمِنُونَ بِالْكِتَابِ كُلِّهِ وَإِذَا لَقُوكُمْ قَالُوا آمَنَّا وَإِذَا خَلَوْا عَضُّوا عَلَيْكُمُ الأَنَامِلَ مِنَ الْغَيْظِ قُلْ مُوتُوا بِغَيْظِكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ ﴿١١٩﴾ إِن تَمْسَسْكُمْ حَسَنَةٌ تَسُؤْهُمْ وَإِن تُصِبْكُمْ سَيِّئَةٌ يَفْرَحُوا بِهَا وَإِن تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا لا يَضُرُّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ بِمَا يَعْمَلُونَ مُحِيطٌ﴾

(آل عمران : ١١٨ ـ ١٢٠) .

والإنسان يحب ذاته ، ويحب الخير لنفسه كما أشرنا إلى ذلك سابقاً أثناء كلامنا عن حب الذات . وهو يكره الموت وكل ما يؤذيه ويؤلمه . ولذلك يكره الإنسان القتال لما فيه من إحتمال الموت أو إلحاق الأذى بالنفس . وقد وصف القرآن كره الإنسان للقتال فى قوله تعالى :

﴿كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهٌ لَّكُمْ....﴾ (البقرة ٢١٦) .

وإن إقدام الإنسان على التضحية بنفسه فى سبيل عقيدته يقتضى أن تكون قوة العقيدة قد بلغت لدية درجة عالية جداً بحيث أصبحت أكثر قيمة لديه من ذاته ، وأشد قوة من حبه لذاته ، ولهذا السبب كان المؤمنون يسارعون إلى الإستشهاد فى سبيل الله ، بينما كره المنافقون الذين لم يستقر الإيمان فى قلوبهم أن ينفقوا أموالهم أو أن يضحوا بأنفسهم فى

الجهاد فى سبيل الله ، وآثروا التخلف عن الخروج للجهاد مع رسول الله(ﷺ) كما أخذوا يثبطون غيرهم ويغرونهم بعدم الخروج للجهاد فى الحر الشديد .

﴿ ..... وَلا يُنفِقُونَ إِلاَّ وَهُمْ كَارِهُونَ﴾ (التوبة : ٥٤) .

﴿فَرِحَ الْمُخَلَّفُونَ بِمَقْعَدِهِمْ خِلافَ رَسُولِ اللَّهِ وَكَرِهُوا أَن يُجَاهِدُوا بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَقَالُوا لا تَنفِرُوا فِي الْحَرِّ قُلْ نَارُ جَهَنَّمَ أَشَدُّ حَرًّا لَّوْ كَانُوا يَفْقَهُونَ﴾ (التوبة : ٨١) .

والإيمان يدفع نفس المؤمن إلى التخلص من الكراهية لإخوانه المؤمنين . وأشاد القرآن بالمؤمنين الذين جاءوا بعد الأنصار والمهاجرين لدعائهم الله أن يغفر ذنوب المؤمنين الذين سبقوهم ، والا يجعل فى قلوبهم كراهية وحقدا للذين آمنوا .

قال تعالى :

﴿ وَالَّذِينَ جَاءُوا مِنْ بَعْدِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالإِيمَانِ وَلا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلاًّ لِّلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَءُوفٌ رَّحِيمٌ﴾ (الحشر : ١٠).



(و) الغيرة

الغيرة إنفعال مُكدر بغيض يشعر به الإنسان عادة إذا شعر أن الشخص المحبوب يوجه إنتابهه أو حبه إلى شخص آخر غيره . ومن أنواع الغيرة الشائعة مايحدث بين الإخوة إذا ماشعر أحدهم أن والديه أو أحداهما يحب إخوته أكثر منه . وقد وصف القرآن الغيرة بين الإخوة . فيما رواه عن غيرة إخوة يوسف عليه السلام منه بسبب حب أبيهم يعقوب عليه السلام له ولأخيه الأصغر وتفضيله لهما عليهم .

﴿ إِذْ قَالُوا لَيُوسُفُ وَأَخُوهُ أَحَبُّ إِلَىٰ أَبِينَا مِنَّا وَنَحْنُ عُصْبَةٌ إِنَّ أَبَانَا لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ ﴿٨﴾ اقْتُلُوا يُوسُفَ أَوِ اطْرَحُوهُ أَرْضًا يَخْلُ لَكُمْ وَجْهُ أَبِيكُمْ وَتَكُونُوا مِن بَعْدِهِ قَوْمًا صَالِحِينَ ﴾ (يوسف: ٨، ٩).

وإنفعال الغيرة انفعال مركب توجد فيه عناصر من عدة إنفعالات أخرى وخاصة إنفعال الكره . ولذلك فغالبا ما تكون الغيرة مصحوبة بالكرة والحقد والرغبة فى ايذاء الشخص الذى يثير الغيرة . وقد وصف القرآن ذلك أيضاً فيما ذكره عن رغبة أخوة يوسف فى قتله والتخلص منه، وفيما قاموا به فعلا من إلقائه فى البئر .

(ز) الحسد

الحسد نوعان ، أحدهما مذموم شرعاً ، وهو كراهة رؤية النعمة على الغير مطلقاً ، وتمنى زوالها عنه ، والنوع الثانى ، وهو ما يعرف بالغبطة ، وفيه يتمنى الإنسان أن يكون لديه مثل النعمة التى لدى الغير دون تمنى زوالها عنه . وهذا النوع من الحسد أو الغبطة ، ليس مذموماً مطلقاً ، وبخاصة إذا كانت النعمة التى يتمنى الإنسان الحصول عليها محمودة شرعاً ، كأن يتمنى ، مثلاً ، أن يكون حافظاً للقرآن مثل غيره من حفاظ القرآن ، أو أن يكون لديه مال كثير لينفقه فى سبيل الله مثل شخص آخر ثرى ينفق ماله فى سبيل الله . وفى هذا المعنى قال الرسول (ﷺ) .

«لاحسد إلا فى إثنتين : رجل آتاه الله القرآن فهو يقوم به آناء الليل وآناء النهار ، ورجل آتاه الله مالاً فهو ينفقه آناء الليل وآناء النهار» .

(أخرجه الشيخان عن إبن عمر)

وقد وصف القرآن النوع الأول من الحسد حينما خرج قارون فى زينته على قومه فحسده بعض الناس وتمنوا أن يكون لهم مثل ما لقارون من أموال وذهب .

﴿ فَخَرَجَ عَلَىٰ قَوْمِهِ فِي زِينَتِهِ قَالَ الَّذِينَ يُرِيدُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا يَا لَيْتَ لَنَا مِثْلَ مَا أُوتِيَ قَارُونُ إِنَّهُ لَذُو حَظٍّ عَظِيمٍ ﴾ (القصص : ٧٩) .

وقد أشار القرآن أيضاً إلى هذا الحسد المذموم حينما وصف حسد اليهود والمشركين للنبيّ عليه الصلاة والسلام على ما خصه الله به من فضل النبوّة ، وحسدهم للمؤمنين على ماخصّهم الله به من فضل الإيمان والهداية .

﴿ مَا يَوَدُّ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ وَلا الْمُشْرِكِينَ أَن يُنَزَّلَ عَلَيْكُم مِّنْ خَيْرٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَاللَّهُ يَخْتَصُّ بِرَحْمَتِهِ مَن يَشَاءُ وَاللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ ﴾ (البقرة : ١٠٥) .

﴿ أَمْ يَحْسُدُونَ النَّاسَ عَلَىٰ مَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِن فَضْلِهِ فَقَدْ آتَيْنَا آلَ إِبْرَاهِيمَ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَآتَيْنَاهُم مُّلْكًا عَظِيمًا ﴾ (النساء : ٥٤) .

﴿ وَدَّ كَثِيرٌ مِّنْ أَهْلِ الْكِتَابِ لَوْ يَرُدُّونَكُم مِّنْ بَعْدِ إِيمَانِكُمْ كُفَّارًا حَسَدًا مِّنْ عِندِ أَنفُسِهِم مِّنْ بَعْدِ مَا تَبَيَّنَ لَهُمُ الْحَقُّ فَاعْفُوا وَاصْفَحُوا حَتَّىٰ يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ إِنَّ اللَّهَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ﴾ (البقرة ١٠٩) .

وقد يحدث الحسد بين الإخوة . فقد يحسد الأخ أخاه على ما فضله الله عليه من مواهب مختلفة . ولذلك كان تحذير يعقوب ليوسف عليهما السلام من أن يقص رؤياه على إخوته خوفاً من حسدهم له ، مما قد يدفعهم إلى ايذائه .

﴿ قَالَ يَا بُنَيَّ لا تَقْصُصْ رُءْيَاكَ عَلَىٰ إِخْوَتِكَ فَيَكِيدُوا لَكَ كَيْدًا إِنَّ الشَّيْطَانَ لِلإِنسَانِ عَدُوٌّ مُّبِينٌ ﴾ (يوسف : ٥) .

وقد ذكر القرآن أول حسد حدث فى الأرض وهو حسد قابيل لأخيه هابيل حينما تقبل الله قربان هابيل ولم يتقبل قربان قابيل ، مما دفعه إلى قتل أخيه .

﴿ وَاتْلُ عَلَيْهِمْ نَبَأَ ابْنَيْ آدَمَ بِالْحَقِّ إِذْ قَرَّبَا قُرْبَانًا فَتُقُبِّلَ مِنْ أَحَدِهِمَا وَلَمْ يُتَقَبَّلْ مِنَ الآخَرِ قَالَ لأَقْتُلَنَّكَ قَالَ إِنَّمَا يَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِينَ ﴾

(المائدة : ٢٧) .

والحسد ، مثل الغيرة ، يثير الحقد والكراهية ويدفع إلى تمنى وقوع الأذى للشخص المحسود . وقد يدفع إلى العدوان والحاق الأذى بالشخص المحسود . فقد قتل قابيل أخاه هابيل ، وقام إخوة يوسف عليه السلام بإلقائه فى البئر .

لما كان الحسد يؤدى إلى كراهية وعدوان وأذى فقد طلب منا الله تعالى أن نستعيد من شر الحاسدين .

﴿ .... وَمِن شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ۝ ﴾ (الفلق : ٥) .



(ح) الحزن

الحزن انفعال مضاد للفرح والسرور ، وهو يحدث إذا فقد الإنسان شخصاً عزيزاً ، أو شيئاً ذا قيمة كبيرة ، أو إذا حلت به كارثه ما ، أو فشل فى تحقيق أمر هام . ويشعر الآباء والأمهات عادة بالحزن إذا غاب أبناؤهم عنهم ، أو اذا ما لحق بهم أذى أو أصابهم مكروه وقد أشار القرآن إلى حزن أم موسى عليه السلام حينما إبتعد عنها إبنها بعد أن وضعته فى صندوق وألقت به فى النهر وقذف به الموج بعيداً عنها .

﴿ فَرَدَدْنَاهُ إِلَىٰ أُمِّهِ كَيْ تَقَرَّ عَيْنُهَا وَلا تَحْزَنَ ... ﴾ (القصص : ١٣) .

﴿ .. فَرَجَعْنَاكَ إِلَىٰ أُمِّكَ كَيْ تَقَرَّ عَيْنُهَا وَلا تَحْزَنَ .. ﴾ (طه : ٤٠) .

ووصف القرآن حزن يعقوب من فقد إبنه يوسف عليهما السلام :

﴿ وَتَوَلَّىٰ عَنْهُمْ وَقَالَ يَا أَسَفَىٰ عَلَىٰ يُوسُفَ وَابْيَضَّتْ عَيْنَاهُ مِنَ الْحُزْنِ فَهُوَ كَظِيمٌ (٨٤) قَالُوا تَاللَّهِ تَفْتَأُ تَذْكُرُ يُوسُفَ حَتَّىٰ تَكُونَ حَرَضًا أَوْ تَكُونَ مِنَ الْهَالِكِينَ (٨٥) قَالَ إِنَّمَا أَشْكُو بَثِّي وَحُزْنِي إِلَى اللَّهِ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لا تَعْلَمُونَ ﴾ (يوسف : ٨٤ ـ ٨٦) .

ووصف القرآن أيضاً حالة الحزن التى أصابت المؤمنين الفقراء الذين جاءوا إلى الرسول (ﷺ) يطلبون الخروج معه للجهاد ، ولكن

الرسول(ﷺ) قال لهم إنه لايجد ما يحملهم عليه فتولوا عنه يبكون من الحزن .

﴿ وَلا عَلَى الَّذِينَ إِذَا مَا أَتَوْكَ لِتَحْمِلَهُمْ قُلْتَ لا أَجِدُ مَا أَحْمِلُكُمْ عَلَيْهِ تَوَلَّوْا وَّأَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ حَزَنًا أَلاَّ يَجِدُوا مَا يُنفِقُونَ ﴾ (التوبة : ٩٢)

وذكر القرآن أيضاً شعور الحزن الذى ألمّ بأبى بكر رضى الله عنه عندما كان مع رسول الله (ﷺ) فى الغار ، وكان الكفار يطاردونهما للفتك بهما .

﴿ ... إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا ... ﴾ (التوبة : ٤٠) .

وكان النبىّ (ﷺ) يشعر بالحزن حينما يرى كفار مكة لايستجيبون لدعوته بالإيمان بالله ، وبما أُنزل عليه من القرآن .

﴿ وَلا يَحْزُنكَ الَّذِينَ يُسَارِعُونَ فِي الْكُفْرِ إِنَّهُمْ لَن يَضُرُّوا اللَّهَ شَيْئًا يُرِيدُ اللَّهُ أَلاَّ يَجْعَلَ لَهُمْ حَظًّا فِي الآخِرَةِ وَلَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ ﴾

(آل عمران : ١٧٦) .

﴿ وَمَن كَفَرَ فَلا يَحْزُنكَ كُفْرُهُ إِلَيْنَا مَرْجِعُهُمْ فَنُنَبِّئُهُم بِمَا عَمِلُوا إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ ﴾ (لقمان : ٢٣) .

وكان يحزن (ﷺ) حينما يسمع مايقول الكافرون فى الله تعالى ، وحينما يسمع تكذيبهم له .

﴿ فَلا يَحْزُنكَ قَوْلُهُمْ إِنَّا نَعْلَمُ مَا يُسِرُّونَ وَمَا يُعْلِنُونَ ﴾ (يس : ٧٦) .

﴿قَدْ نَعْلَمُ إِنَّهُ لَيَحْزُنُكَ الَّذِي يَقُولُونَ فَإِنَّهُمْ لا يُكَذِّبُونَكَ وَلَكِنَّ الظَّالِمِينَ بِآيَاتِ اللَّهِ يَجْحَدُونَ﴾ (الأنعام : ٣٣) .

ويذكر القرآن فى كثير من الآيات الحزن مقروناً مع الخوف ، مما يشير إلى أنهما إنفعالان مكدران ، إذا ما ألما بالإنسان فإنهما يعكران صفو حياته . كما تشير هذه الآيات أيضاً إلى أن فى الإيمان بالله وتقواه والعمل الصالح وقايه من الخوف والحزن وعلاجاً لهما . ومن أمثلة هذه الآيات :

﴿ قُلْنَا اهْبِطُوا مِنْهَا جَمِيعًا فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُم مِّنِّي هُدًى فَمَن تَبِعَ هُدَايَ فَلا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ (البقرة : ٣٨) .

﴿يَا بَنِي آدَمَ إِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ رُسُلٌ مِّنكُمْ يَقُصُّونَ عَلَيْكُمْ آيَاتِي فَمَنِ اتَّقَىٰ وَأَصْلَحَ فَلا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ (الأعراف : ٣٥) .

﴿وَمَا نُرْسِلُ الْمُرْسَلِينَ إِلاَّ مُبَشِّرِينَ وَمُنذِرِينَ فَمَنْ آمَنَ وَأَصْلَحَ فَلا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ (الأنعام : ٤٨) .

﴿بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِندَ رَبِّهِ وَلا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ (البقرة (١١٢) .



(ط) الندم

الندم حاله إنفعالية تنشأ عن شعور الإنسان بالذنب ، وأسفه على إرتكابه ، ولومه لنفسه على فعله ، وتمنيه لو أنه لم يفعل ذلك . ولوم الإنسان لنفسه ، وندمه على ما فعل من العوامل الهامة فى تقويم شخصية الإنسان ، ودفعه إلى تجنب الأفعال المشينة وإرتكاب الذنوب التى تسبب له الندم ولوم النفس . ولذلك فقد أقسم الله تعالى بالنفس اللوامة تقديراً لأهميتها فى توجيه سلوك الإنسان إلى الإبتعاد عن المعاصى التى تسبب له اللوم والندم .

﴿لَا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ ۝١ وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ﴾

(القيامة : ١ ـ ٢)

وأول ندم شعر به الإنسان ماحدث لأبوينا آدم وحواء عليهما السلام وهما فى الجنة قبل هبوطهما إلى الأرض .

فقد عصيا أمر ربهما وأكلا من الشجرة التى نهاهما عن الإقتراب منها . وظهرت سوءاتهما ، فشعرا بالندم وتوجها إلى الله يطلبان المغفرة والتوبة .

﴿وَيَا آدَمُ اسْكُنْ أَنتَ وَزَوْجُكَ الْجَنَّةَ فَكُلَا مِنْ حَيْثُ شِئْتُمَا وَلَا تَقْرَبَا هَذِهِ الشَّجَرَةَ فَتَكُونَا مِنَ الظَّالِمِينَ ۝١٩ فَوَسْوَسَ لَهُمَا الشَّيْطَانُ لِيُبْدِيَ لَهُمَا

مَا وُورِيَ عَنْهُمَا مِن سَوْءَاتِهِمَا وَقَالَ مَا نَهَاكُمَا رَبُّكُمَا عَنْ هَذِهِ الشَّجَرَةِ إِلاَّ أَن تَكُونَا مَلَكَيْنِ أَوْ تَكُونَا مِنَ الْخَالِدِينَ ﴿٢٠﴾ وَقَاسَمَهُمَا إِنِّي لَكُمَا لَمِنَ النَّاصِحِينَ ﴿٢١﴾ فَدَلاَّهُمَا بِغُرُورٍ فَلَمَّا ذَاقَا الشَّجَرَةَ بَدَتْ لَهُمَا سَوْءَاتُهُمَا وَطَفِقَا يَخْصِفَانِ عَلَيْهِمَا مِن وَرَقِ الْجَنَّةِ وَنَادَاهُمَا رَبُّهُمَا أَلَمْ أَنْهَكُمَا عَن تِلْكُمَا الشَّجَرَةِ وَأَقُل لَّكُمَا إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمَا عَدُوٌّ مُّبِينٌ ﴿٢٢﴾ قَالا رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾

(الأعراف ١٩ ـ ٢٣) .

وثانى ندم شعر به الإنسان بعد ذلك حدث عندما قتل قابيل أخاه هابيل ثم ندم بعد ذلك على قتله .

﴿فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ ﴿٣٠﴾ فَبَعَثَ اللَّهُ غُرَابًا يَبْحَثُ فِي الأَرْضِ لِيُرِيَهُ كَيْفَ يُوَارِي سَوْءَةَ أَخِيهِ قَالَ يَا وَيْلَتَىٰ أَعَجَزْتُ أَنْ أَكُونَ مِثْلَ هَذَا الْغُرَابِ فَأُوَارِيَ سَوْءَةَ أَخِي فَأَصْبَحَ مِنَ النَّادِمِينَ﴾ (المائدة : ٣٠ ، ٣١) .

ويصف القرآن ماسيحدث يوم القيامة من ندم بعض الكفار لعدم إيمانهم بالله ، وعدم تصديقهم لرسوله (ﷺ) .

﴿وَيَوْمَ يَعَضُّ الظَّالِمُ عَلَىٰ يَدَيْهِ يَقُولُ يَا لَيْتَنِي اتَّخَذْتُ مَعَ الرَّسُولِ سَبِيلاً ﴿٢٧﴾ يَا وَيْلَتَىٰ لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلانًا خَلِيلاً﴾ (الفرقان : ٢٧ ، ٢٨) .

(ى) الحيـــاء

الحياء إنفعال مركب فيه عناصر من الخجل والخوف ، وهو يعترى الإنسان إذا خاف أن يرى الناس فيه ما يمكن أن يعاب أو يذم . وهو من السمات الإنسانية الحميدة ، لأنه يدفع الإنسان إلى تجنب الأفعال القبيحة المعيبة .

وقد أشار القرآن إلى إنفعال الحياء أثناء ذكره لقصة هرب موسى عليه السلام من فرعون ، والتجائه إلى أرض مدين ، وسقايته لفتاتين كانتا واقفتين بجانب البئر . وعادت إحدى هاتين الفتاتين إليه بعد ذلك تمشى إليه فى إستحياء ودعته إلى مقابلة أبيها ليأجره على سقايته لهما .

﴿ فَجَاءَتْهُ إِحْدَاهُمَا تَمْشِي عَلَى اسْتِحْيَاءٍ قَالَتْ إِنَّ أَبِي يَدْعُوكَ لِيَجْزِيَكَ أَجْرَ مَا سَقَيْتَ لَنَا ...... ﴾ (القصص : ٢٥) .



(ك). الخــزى

الخزى هو الخجل المصحوب بالشعور بالمهانة والذل والفضيحة والعار . وقد وردت فى القرآن كثير من الآيات التى تصف حالة الخزى التى يشعر بها المشركون والمنافقون فى الدنيا والآخرة .

قال تعالى :

﴿ وَمَنْ أَظْلَمُ مِمَّن مَّنَعَ مَسَاجِدَ اللَّهِ أَن يُذْكَرَ فِيهَا اسْمُهُ وَسَعَىٰ فِي خَرَابِهَا أُوْلَئِكَ مَا كَانَ لَهُمْ أَن يَدْخُلُوهَا إِلاَّ خَائِفِينَ لَهُمْ فِي الدُّنْيَا خِزْيٌ وَلَهُمْ فِي الآخِرَةِ عَذَابٌ عَظِيمٌ ﴾ (البقرة :١١٤) .

وقال تعالى :

﴿ إِنَّمَا جَزَاءُ الَّذِينَ يُحَارِبُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَيَسْعَوْنَ فِي الأَرْضِ فَسَادًا أَن يُقَتَّلُوا أَوْ يُصَلَّبُوا أَوْ تُقَطَّعَ أَيْدِيهِمْ وَأَرْجُلُهُم مِّنْ خِلافٍ أَوْ يُنفَوْا مِنَ الأَرْضِ ذَلِكَ لَهُمْ خِزْيٌ فِي الدُّنْيَا وَلَهُمْ فِي الآخِرَةِ عَذَابٌ عَظِيمٌ ﴾ (المائدة : ٣٣) .

وقال تعالى :

﴿ فَأَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ رِيحًا صَرْصَرًا فِي أَيَّامٍ نَّحِسَاتٍ لِّنُذِيقَهُمْ عَذَابَ الْخِزْيِ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَعَذَابُ الآخِرَةِ أَخْزَىٰ وَهُمْ لا يُنصَرُونَ ﴾ (فصلت : ١٦) .

(ل) الزهــو

الزهو حالة إنفعالية معقدة نلاحظها بين بعض الناس ، وهى الإعجاب بالنفس والغرور والتعاظم والكبرياء ، وقد يصبح الزهو عند بعض الناس سمة سلوكية تتميز بها شخصياتهم .

وقد ذم القرآن الزهو والكبر والتعالى على الناس .

﴿ وَلا تَمْشِ فِي الأَرْضِ مَرَحًا إِنَّكَ لَن تَخْرِقَ الأَرْضَ وَلَن تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولاً ﴾ (الإسراء : ٣٧) .

﴿ وَلا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلا تَمْشِ فِي الأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴾ (لقمان : ١٨) .

والإعجاب بالنفس يؤدى إلى التعاظم والتعالى على الناس ومعاملتهم فى تحقير واستكبار . وقد ذم القرآن فى كثير من الآيات إستكبار المشركين والمنافقين وعنادهم فى قبول الحق تكبرا . ومن أمثلة هذه الآيات :

﴿ وَإِذَا قِيلَ لَهُمْ تَعَالَوْا يَسْتَغْفِرْ لَكُمْ رَسُولُ اللَّهِ لَوَّوْا رُءُوسَهُمْ وَرَأَيْتَهُمْ يَصُدُّونَ وَهُم مُّسْتَكْبِرُونَ ﴾ (المنافقون : ٥) .

﴿ وَيْلٌ لِّكُلِّ أَفَّاكٍ أَثِيمٍ ۝ يَسْمَعُ آيَاتِ اللَّهِ تُتْلَىٰ عَلَيْهِ ثُمَّ يُصِرُّ مُسْتَكْبِرًا كَأَن لَّمْ يَسْمَعْهَا فَبَشِّرْهُ بِعَذَابٍ أَلِيمٍ ﴾ (الجاثية : ٧ ، ٨) .

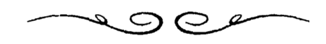
﴿ فَحَشَرَ فَنَادَىٰ ۝ فَقَالَ أَنَا رَبُّكُمُ الأَعْلَىٰ ﴾

(االنازعات : ٢٣ ، ٢٤).

﴿ وَقَالَ فِرْعَوْنُ يَا أَيُّهَا الْمَلأُ مَا عَلِمْتُ لَكُم مِّنْ إِلَهٍ غَيْرِي... ﴾

(القصص : ٣٨) .

﴿ وَنَادَىٰ فِرْعَوْنُ فِي قَوْمِهِ قَالَ يَا قَوْمِ أَلَيْسَ لِي مُلْكُ مِصْرَ وَهَذِهِ الأَنْهَارُ تَجْرِي مِن تَحْتِي أَفَلا تُبْصِرُونَ ۝ أَمْ أَنَا خَيْرٌ مِّنْ هَذَا الَّذِي هُوَ مَهِينٌ وَلا يَكَادُ يُبِينُ ﴾ (الزخرف: ٥١ ، ٥٢) .



(ثانياً)

وصف القرآن للتغيرات البدنية المصاحبة للإنفعالات

وصف القرآن للتغيرات البدنية
المصاحبة للإنفعالات

وصف القرآن مايحدث فى القلب أثناء إنفعال الخوف من خفقان شديد يؤدى إلى كثرة تدفق الدم إليه مما يزيد من حجمه ويجعله يقترب من القصبة الهوائية كما يؤدى إلى شعوره بإقتراب قلبه من حنجرته .

﴿ إِذْ جَاءُوكُم مِّن فَوْقِكُمْ وَمِنْ أَسْفَلَ مِنكُمْ وَإِذْ زَاغَتِ الأَبْصَارُ وَبَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَنَاجِرَ وَتَظُنُّونَ بِاللَّهِ الظُّنُونَا ۝١٠ هُنَالِكَ ابْتُلِيَ الْمُؤْمِنُونَ وَزُلْزِلُوا زِلْزَالاً شَدِيداً ﴾ (الأحزاب : ١٠ ، ١١) .

﴿ وَأَنذِرْهُمْ يَوْمَ الآزِفَةِ إِذِ الْقُلُوبُ لَدَى الْحَنَاجِرِ كَاظِمِينَ مَا لِلظَّالِمِينَ مِنْ حَمِيمٍ وَلا شَفِيعٍ يُطَاعُ ﴾ (غافر : ١٨) .

ومن التغيرات البدنية التى تصاحب الإنفعال أيضاً تغير ملامح الوجه ، بحيث يستطيع الإنسان أن يلاحظ حالة الإنفعال من التغيرات التى تحدث فى ملامح وجه المنفعل . وقد أشار القرآن إلى هذه الظاهرة فى كثير من الآيات . ومن أمثلة ذلك :

﴿ وَإِذَا تُتْلَىٰ عَلَيْهِمْ آيَاتُنَا بَيِّنَاتٍ تَعْرِفُ فِي وُجُوهِ الَّذِينَ كَفَرُوا الْمُنكَرَ يَكَادُونَ يَسْطُونَ بِالَّذِينَ يَتْلُونَ عَلَيْهِمْ آيَاتِنَا .... ﴾ (الحج : ٧٢) .

﴿ وَإِذَا بُشِّرَ أَحَدُهُم بِمَا ضَرَبَ لِلرَّحْمَنِ مَثَلاً ظَلَّ وَجْهُهُ مُسْوَدًّا وَهُوَ كَظِيمٌ ﴾ (الزخرف : ١٧) .

وفى القرآن الكريم آيات كثيرة تصف إنفعالات الحزن والكآبة ، والسرور والسعادة التى يشعر بها الناس يوم القيامة ، وما يظهر على ملامح وجوههم من تعبيرات تعكس حالتهم الإنفعالية .

قال تعالى فى وصف حالة الحزن والكآبة التى تنتاب الكافرين يوم القيامة لما ينتظرون أن يلحق بهم من العذاب ، فتبدوا وجوههم عابسة مسودة من الحزن والكآبة .

﴿ وَيَوْمَ الْقِيَامَةِ تَرَى الَّذِينَ كَذَبُوا عَلَى اللَّهِ وُجُوهُهُم مُّسْوَدَّةٌ .... ﴾ (الزمر : ٦٠).

﴿ وَوُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ بَاسِرَةٌ (*) ﴿٢٤﴾ تَظُنُّ أَن يُفْعَلَ بِهَا فَاقِرَةٌ (**) ﴾ (القيامة : ٢٤ ، ٢٥) .

﴿ وَوُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ عَلَيْهَا غَبَرَةٌ (***) ﴿٤٠﴾ تَرْهَقُهَا قَتَرَةٌ (****) ﴿٤١﴾ أُولَٰئِكَ هُمُ الْكَفَرَةُ الْفَجَرَةُ ﴿٤٢﴾ ﴾ (عبس : ٤٠ ـ ٤٢) .

ويصف القرآن أيضاً حالة السرور والسعادة التى تظهر على وجوه المؤمنين يوم القيامة لما ينتظرهم من نعيم ، فيبدو ضاحكين مستبشرين .

(*) (باسرة) معناها كالحة شديدة العبوس .

(**) (يفعل بها فاقرة) يعنى تحل بها داهية تكسر فقرات الظهر .

(***) (غبرة) غبار .

(****) (قترة) كدوره . والمعنى وجوههم يغشاها سواد من الخزى والمذلة والهوان .

﴿ وُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ مُّسْفِرَةٌ (*) ﴿٣٨﴾ ضَاحِكَةٌ مُّسْتَبْشِرَةٌ ﴾

(عبس : ٣٨ ، ٣٩) .

﴿ إِنَّ الأَبْرَارَ لَفِي نَعِيمٍ ﴿٢٢﴾ عَلَى الأَرَائِكِ يَنظُرُونَ ﴿٢٣﴾ تَعْرِفُ فِي وُجُوهِهِمْ نَضْرَةَ النَّعِيمِ ﴾ (المطففين ٢٢ ـ ٢٤) .

﴿ وُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ نَّاعِمَةٌ ﴿٨﴾ لِسَعْيِهَا رَاضِيَةٌ ﴿٩﴾ فِي جَنَّةٍ عَالِيَةٍ ﴾

(الغاشية : ٨ ـ ١٠) .

﴿ وُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ نَّاضِرَةٌ ﴿٢٢﴾ إِلَىٰ رَبِّهَا نَاظِرَةٌ ﴾ (القيامة : ٢٢ ـ ٢٣)

ومن التغيرات البدنية التى تصاحب حالة الإنفعال ، وخاصة انفعال الخوف إتساع حدقة العين .

قال تعالى :

﴿ وَلا تَحْسَبَنَّ اللَّهَ غَافِلاً عَمَّا يَعْمَلُ الظَّالِمُونَ إِنَّمَا يُؤَخِّرُهُمْ لِيَوْمٍ تَشْخَصُ فِيهِ الأَبْصَارُ ﴿٤٢﴾ مُهْطِعِينَ مُقْنِعِي رُءُوسِهِمْ لا يَرْتَدُّ إِلَيْهِمْ طَرْفُهُمْ وَأَفْئِدَتُهُمْ هَوَاءٌ ﴾ (إبراهيم : ٤٢ ، ٤٣) .

﴿ وَاقْتَرَبَ الْوَعْدُ الْحَقُّ فَإِذَا هِيَ شَاخِصَةٌ أَبْصَارُ الَّذِينَ كَفَرُوا يَا وَيْلَنَا قَدْ كُنَّا فِي غَفْلَةٍ مِّنْ هَٰذَا بَلْ كُنَّا ظَالِمِينَ ﴾ (الأنبياء : ٩٧) .

وقوله تعالى :

«تشخص فيه الإبصار ، ولايرتد اليهم طرفهم» وصف دقيق لما يحدث

(*) مسفرة : مضيئة مشرقة .

أثناء إنفعال الخوف من إتساع حدقه العين ، وشدة التحديق بها ، وعدم غمضها لشدة الفزع من هول ماترى .

وتتغير أثناء الإنفعال هيئة البدن كله على وجه عام .

ففى حالة السرور والفرح مثلاً يبدو الإنسان نشيطاً ، منتصب القامة ، مرفوع الرأس ، متسع الصدر ، وفى حالة الخزى والشعور بالذنب والندم يبدو الإنسان ذليلاً ، مطأطئ الرأس ، منكمش الجسم كأنما يريد أن يتوارى عن الأنظار ، ونجد فى القرآن وصفاً لهذه التغيرات فى هيئة البدن التى تصاحب الإنفعال :

﴿ وَلَوْ تَرَىٰ إِذِ الْمُجْرِمُونَ نَاكِسُوا رُءُوسِهِمْ عِندَ رَبِّهِمْ رَبَّنَا أَبْصَرْنَا وَسَمِعْنَا فَارْجِعْنَا نَعْمَلْ صَالِحًا إِنَّا مُوقِنُونَ ﴾ (السجدة : ١٢) .

﴿ وَتَرَاهُمْ يُعْرَضُونَ عَلَيْهَا خَاشِعِينَ مِنَ الذُّلِّ يَنظُرُونَ مِن طَرْفٍ خَفِيٍّ .... ﴾ (الشورى : ٤٥) .

﴿ خَاشِعَةً أَبْصَارُهُمْ تَرْهَقُهُمْ ذِلَّةٌ ..... ﴾ (القلم : ٤٣) .

ومن التغيرات البدنية التى تحدث أثناء انفعال الخوف أيضاً انتصاب شعر الرأس وجميع الشعر على سطح الجلد . يظهر ذلك واضحاً عند بعض الحيوانات كالقطط التى يلاحظ فيها إنتصاب شعرها فى حالة إنفعال الخوف ـ ويحدث مثل ذلك أيضاً عند الإنسان ولكن فى صورة أقل وضوحاً مما نراه لدى الحيوانات . وإنتصاب الشعر الموجود على سطح جلدنا أثناء إنفعال الخوف هو ما يجعلنا نحس بنوع من القشعريرة أثناء إنفعال الخوف .

وقد ذكر القرآن هذا الشعور بالقشعريرة المصاحب لإنفعال الخوف .

﴿ اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُّتَشَابِهًا مَّثَانِيَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ اللَّهِ ذَٰلِكَ هُدَى اللَّهِ يَهْدِي بِهِ مَن يَشَاءُ وَمَن يُضْلِلِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِنْ هَادٍ ﴾ (الزمر : ٢٣) .

وقوله تعالى : (ثم تلين جلودهم وقلوبهم إلى ذكر الله) إشارة إلى حالة الإسترخاء والإطمئنان اللتين يحدثهما فى النفس ذكر الله والتوجه إليه بالعبادة والتسبيح .

وقد يُعبر الإنسان أيضاً عن إنفعالاته بحركات يديه ، وقد ذكر القرآن ما يقوم به الإنسان فى حالة الندم من تقليب كفية .

﴿ وَأُحِيطَ بِثَمَرِهِ فَأَصْبَحَ يُقَلِّبُ كَفَّيْهِ عَلَىٰ مَا أَنفَقَ فِيهَا وَهِيَ خَاوِيَةٌ عَلَىٰ عُرُوشِهَا وَيَقُولُ يَا لَيْتَنِي لَمْ أُشْرِكْ بِرَبِّي أَحَدًا ﴾ (الكهف : ٤٢) .

وقد يضع الإنسان يده فى فمه ليعبر عن إستغرابه وإستنكاره .

قال تعالى :

﴿ أَلَمْ يَأْتِكُمْ نَبَأُ الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ قَوْمِ نُوحٍ وَعَادٍ وَثَمُودَ وَالَّذِينَ مِنْ بَعْدِهِمْ لَا يَعْلَمُهُمْ إِلَّا اللَّهُ جَاءَتْهُمْ رُسُلُهُم بِالْبَيِّنَاتِ فَرَدُّوا أَيْدِيَهُمْ فِي أَفْوَاهِهِمْ وَقَالُوا إِنَّا كَفَرْنَا بِمَا أُرْسِلْتُم بِهِ وَإِنَّا لَفِي شَكٍّ مِّمَّا تَدْعُونَنَا إِلَيْهِ مُرِيبٍ ﴾ (إبراهيم : ٩).

ويحدث أيضاً أثناء الإنفعال أن تتعطل عملية التفكير ، فلا يستطيع الإنسان أن يفكر فيما يجابهه من مشكلات تفكيراً سليماً كما يحدث

عادة فى الأوقات التى لايكون فيها منفعلاً . وقد أشار القرآن إلى تعطل عملية التفكير أثناء الإنفعال فى الآية ٤٣ من سورة إبراهيم والتى فيها يقول الله تعالى :

﴿ .... لا يَرْتَدُّ إِلَيْهِمْ طَرْفُهُمْ وَأَفْئِدَتُهُمْ هَوَاءٌ ﴾ (إبراهيم : ٤٣) .

وتشير عبارة :﴿ وَأَفْئِدَتُهُمْ هَوَاءٌ ﴾ إلى تعطل عملية التفكير أثناء الخوف ، إذ تصبح عقول الظالمين خالية من العقل والتفكير .



(ثالثاً)

توجيهات القرآن بشأن التحكم في الإنفعالات الإنسانية

توجيهات القرآن بشأن التحكم في الإنفعالات الإنسانية

(أ) السيطرة على الخوف

حرص القرآن على أن يوجه الناس إلى عدم الخوف من الأمور التى من شأنها أن تثير الخوف فى الناس عادة كالموت والفقر

السيطرة على الخوف من الموت :

بينّ القرآن فى كثير من آياته أن الحياة الدنيا حياة فانية ، وإن نعيمها زائل ، وأن الحياة الآخرة هى الحياة الباقية ، وأن نعيمها خالد لايزول ، وأن الموت ليس الا مرحلة تنقلنا من هذه الحياة الفانية إلى الحياة الباقية الخالدة . ولذلك فإن المؤمن الصادق الإيمان لايخاف الموت ، لأنه يعلم أن الموت سينقله إلى نعيم الحياة الخالدة الباقية التى وعد الله بها عبادة المتقين .

قال تعالى :
﴿ وَمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلاَّ لَهْوٌ وَلَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ الآخِرَةَ لَهِيَ الْحَيَوَانُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ ﴾ (العنكبوت : ٦٤) .

﴿ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلاَّ لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَلَلدَّارُ الآخِرَةُ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلا تَعْقِلُونَ ﴾ (الأنعام : ٣٢) .

﴿ يَا قَوْمِ إِنَّمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا مَتَاعٌ وَإِنَّ الآخِرَةَ هِيَ دَارُ الْقَرَارِ ﴾ (غافر : ٣٩) .

وقد كان هذا الإيمان بالحياة الآخرة الباقية وماوعد الله تعالى المؤمنين فيها من نعيم خالد من العوامل الهامة التى جعلت المسلمين الأوائل يقاتلون فى سبيل الله فى شجاعة وإقدام غير هيابين للموت ، وكانوا يندفعون فى جرأة بالغة بين صفوف الكفار وهم يتمنون الشهادة فى سبيل الله والفوز بنعيم الجنة .

﴿ وَلَئِن قُتِلْتُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَوْ مُتُّمْ لَمَغْفِرَةٌ مِّنَ اللَّهِ وَرَحْمَةٌ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ ﴿١٥٧﴾ وَلَئِن مُّتُّمْ أَوْ قُتِلْتُمْ لإِلَى اللَّهِ تُحْشَرُونَ ﴾

(آل عمران : ١٥٧ ، ١٥٨) .

﴿ وَلا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْوَاتًا بَلْ أَحْيَاءٌ عِندَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ ﴿١٦٩﴾ فَرِحِينَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِن فَضْلِهِ وَيَسْتَبْشِرُونَ بِالَّذِينَ لَمْ يَلْحَقُوا بِهِم مِّنْ خَلْفِهِمْ أَلاَّ خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴾

(آل عمران : ١٦٩ ، ١٧٠) .

﴿ فَلْيُقَاتِلْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ الَّذِينَ يَشْرُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا بِالآخِرَةِ وَمَن يُقَاتِلْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَيُقْتَلْ أَوْ يَغْلِبْ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا ﴾

(النساء : ٧٤) .

﴿ إِنَّ اللَّهَ اشْتَرَىٰ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ أَنفُسَهُمْ وَأَمْوَالَهُم بِأَنَّ لَهُمُ الْجَنَّةَ يُقَاتِلُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَيَقْتُلُونَ وَيُقْتَلُونَ وَعْدًا عَلَيْهِ حَقًّا فِي التَّوْرَاةِ وَالإِنجِيلِ وَالْقُرْآنِ وَمَنْ أَوْفَىٰ بِعَهْدِهِ مِنَ اللَّهِ فَاسْتَبْشِرُوا بِبَيْعِكُمُ الَّذِي بَايَعْتُم بِهِ وَذَٰلِكَ هُوَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ ﴾ (التوبة : ١١١) .

وكان المؤمنون الصادقون الإيمان يعلمون يقينا أن الموت حق ، وأنه لامفر منه ، فكانوا يتقبلونه كأمر واقعى محتوم بلا خوف أو جزع ، وكانوا يعلمون أنه مهما طالت أعمارهم فى الحياة الدنيا فهى إلى زوال ، وأن الموت سينقلهم إلى حياة البقاء والخلود .

﴿ كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَإِنَّمَا تُوَفَّوْنَ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ فَمَن زُحْزِحَ عَنِ النَّارِ وَأُدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فَازَ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلاَّ مَتَاعُ الْغُرُورِ ﴾

(آل عمران : ١٨٥) .

﴿ كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَنَبْلُوكُم بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ ﴾ (الأنبياء : ٣٥) .

﴿ كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ ثُمَّ إِلَيْنَا تُرْجَعُونَ ﴾ (االعنكبوت : ٥٧) .

﴿ قُل لَّن يَنفَعَكُمُ الْفِرَارُ إِن فَرَرْتُم مِّنَ الْمَوْتِ أَوِ الْقَتْلِ وَإِذًا لاَّ تُمَتَّعُونَ إِلاَّ قَلِيلاً ﴾ (الأحزاب : ١٦) .

﴿ أَيْنَمَا تَكُونُوا يُدْرِككُّمُ الْمَوْتُ وَلَوْ كُنتُمْ فِي بُرُوجٍ مُّشَيَّدَةٍ ﴾

(النساء : ٧٨) .

ولقد كان عدم خوف المؤمنين من الموت ، وحرصهم الشديد على نيل الشهادة فى الجهاد فى سبيل الله من أهم العوامل التى ساعدت على إنتصارهم فى حروبهم وانتشار الإسلام السريع فى العالم .

السيطرة على الخوف من الفقر

أوصانا القرآن أيضاً بعدم الخوف من الفقر ، فالرزق بيد الله سبحانه وتعالى وهو الرزاق ذو القوة المتين .

﴿ وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ ﴾ (الذاريات : ٢٢) .

﴿ إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ ﴾ (الذاريات : ٥٨) .

﴿ وَمَا مِن دَابَّةٍ فِي الأَرْضِ إِلاَّ عَلَى اللَّهِ رِزْقُهَا وَيَعْلَمُ مُسْتَقَرَّهَا وَمُسْتَوْدَعَهَا كُلٌّ فِي كِتَابٍ مُّبِينٍ ﴾ (هود : ٦) .

﴿ وَكَأَيِّن مِّن دَابَّةٍ لاَّ تَحْمِلُ رِزْقَهَا اللَّهُ يَرْزُقُهَا وَإِيَّاكُمْ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ﴾ (العنكبوت : ٦٠) .

﴿ اللَّهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَن يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَيَقْدِرُ لَهُ إِنَّ اللَّهَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ﴾ (العنكبوت : ٦٢) .

﴿ مَا يَفْتَحِ اللَّهُ لِلنَّاسِ مِن رَّحْمَةٍ فَلا مُمْسِكَ لَهَا وَمَا يُمْسِكْ فَلا مُرْسِلَ لَهُ مِنْ بَعْدِهِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ۝٢ يَا أَيُّهَا النَّاسُ اذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ هَلْ مِنْ خَالِقٍ غَيْرُ اللَّهِ يَرْزُقُكُم مِّنَ السَّمَاءِ وَالأَرْضِ لا إِلَهَ إِلاَّ هُوَ فَأَنَّىٰ تُؤْفَكُونَ ﴾ (فاطر : ٢ ، ٣) .

(ب) السيطرة على الغضب

وأوصانا القرآن بالتحكم فى إنفعال الغضب ليحتفظ الإنسان بقدرته على التفكير السليم ، وإصدار الأحكام الصحيحة فلا يتورط فى أعمال أو أقوال يندم عليها فيما بعد ، وهذا من شأنه أن يبعث الهدوء فى نفس الخصم ، ويدفعه إلى مراجعة نفسه ، ولاشك أن ذلك يؤدى إلى كسب صداقه الناس ومحبتهم ويساعد على حسن العلاقات الإنسانية بوجه عام .

﴿ .... ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ ﴾ (فصلت : ٣٤) .

كما أن التحكم فى إنفعال الغضب مفيداً جداً من الناحية الصحية لأنه يجنب الإنسان كثيراً من الأمراض البدنية التى تحدث عادة نتيجة للإنفعالات الشديدة .

وقد وعد الله من يتحكم فى غضبه ثواباً عظيماً .

﴿ وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَوَاتُ وَالأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ (١٣٣) الَّذِينَ يُنفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ﴾ (آل عمران : ١٣٣ ، ١٣٤) .

﴿ فَمَا أُوتِيتُم مِّن شَيْءٍ فَمَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَمَا عِندَ اللَّهِ خَيْرٌ وَأَبْقَىٰ لِلَّذِينَ آمَنُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴿٣٦﴾ وَالَّذِينَ يَجْتَنِبُونَ كَبَائِرَ الْإِثْمِ وَالْفَوَاحِشَ وَإِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ ﴾ (الشورى : ٣٦ ، ٣٧) .

﴿ وَلَمَن صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَٰلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ ﴾ (الشورى : ٤٣) .

﴿ وَجَزَاءُ سَيِّئَةٍ سَيِّئَةٌ مِّثْلُهَا فَمَنْ عَفَا وَأَصْلَحَ فَأَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ ﴾ (الشورى : ٤٠) .

﴿ ..... فَاصْفَحِ الصَّفْحَ الْجَمِيلَ ﴾ (الحجر : ٨٥) .

﴿ ..... وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا أَلَا تُحِبُّونَ أَن يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾ (النور : ٢٢) .

﴿ ..... فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاصْفَحْ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ﴾

(المائدة : ١٣) .

ولقد كان لدعوة القرآن إلى كظم الغيظ والعفو عن الناس تأثير كبير فى نفوس المسلمين ، فإنتشر بينهم التسامح ـ نذكر مثالاً لذلك مايروى عن عمر بن الخطاب رضى الله عنه . فقد قال له رجل : «إنك لاتقضى بالعدل ، ولاتعطى الجزل ، فتغير عمر . وظهر ذلك على وجهه . فقال له أحد الحاضرين : يا أمير المؤمنين . ألم تسمع قول الله سبحانه وتعالى : (خذ العفو ، وأمر بالعرف ، وأعرض عن الجاهلين) . فقال عمر . صدقت ، وكأنما كانت نار فاطفئت» .

(ج) السيطرة على الحب

وأوصانا القرآن أيضاً بالتحكم فى حبنا لإهلنا من آباء وأزواج وأولاد . وفى حبنا لأصدقائنا وعشيرتنا ووطننا وأموالنا وممتلكاتنا حتى لاينسينا كل ذلك حبنا لله ، ويلهينا عن طاعته والجهاد فى سبيله .

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ وَأَوْلادِكُمْ عَدُوًّا لَّكُمْ فَاحْذَرُوهُمْ وَإِن تَعْفُوا وَتَصْفَحُوا وَتَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴿١٤﴾ إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِندَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ ﴾ (التغابن : ١٤ ، ١٥) .

﴿ قُلْ إِن كَانَ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيرَتُكُمْ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسَاكِنُ تَرْضَوْنَهَا أَحَبَّ إِلَيْكُم مِّنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّىٰ يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ وَاللَّهُ لا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ ﴾ (التوبة : ٢٤) .

ويؤكد القرآن على أن حب المؤمن لله تعالى يفوق حبه لكل الناس الآخرين حتى أقربهم اليه كالآباء والأبناء والأقارب والأصدقاء . وإذا ما تعارض حب المؤمن لله مع حبه لأىّ من هؤلاء جميعاً فإنه يختار حب الله .

﴿ لا تَجِدُ قَوْمًا يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الآخِرِ يُوَادُّونَ مَنْ حَادَّ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَلَوْ كَانُوا آبَاءَهُمْ أَوْ أَبْنَاءَهُمْ أَوْ إِخْوَانَهُمْ أَوْ عَشِيرَتَهُمْ أُولَٰئِكَ كَتَبَ فِي قُلُوبِهِمُ الإِيمَانَ وَأَيَّدَهُم بِرُوحٍ مِّنْهُ وَيُدْخِلُهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الأَنْهَارُ

﴿خَالِدِينَ فِيهَا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ أُولَٰئِكَ حِزْبُ اللَّهِ أَلا إِنَّ حِزْبَ اللَّهِ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿٢٢﴾﴾ (المجادلة : ٢٢) .

وضرب الله مثلاً بإبراهيم عليه السلام ومن آمن معه على سيطرة الإنسان على حبه لأهله وترجيح كفه حب الله على حب الأهل .

﴿قَدْ كَانَتْ لَكُمْ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ فِي إِبْرَاهِيمَ وَالَّذِينَ مَعَهُ إِذْ قَالُوا لِقَوْمِهِمْ إِنَّا بُرَآءُ مِنكُمْ وَمِمَّا تَعْبُدُونَ مِن دُونِ اللَّهِ كَفَرْنَا بِكُمْ وَبَدَا بَيْنَنَا وَبَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةُ وَالْبَغْضَاءُ أَبَدًا حَتَّىٰ تُؤْمِنُوا بِاللَّهِ وَحْدَهُ إِلاَّ قَوْلَ إِبْرَاهِيمَ لأَبِيهِ لأَسْتَغْفِرَنَّ لَكَ وَمَا أَمْلِكُ لَكَ مِنَ اللَّهِ مِن شَيْءٍ رَّبَّنَا عَلَيْكَ تَوَكَّلْنَا وَإِلَيْكَ أَنَبْنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ﴾ (الممتحنة : ٤) .

(د) السيطرة على انفعالات أخرى

أوصانا القرآن أيضاً بعدم الزهو والكبرياء والتعالى على الناس كما أوصانا القرآن بالسيطرة على كل من إنفعال الحزن والفرح فلا يجب أن نسرف فى الحزن على ما يصيبنا من نوائب الدهر وكوارثه ، سواء فى النفس أو الأبناء أو الأموال والممتلكات . كما لايجب أن نسرف فى الفرح على ما يأتينا من خير ، أو نناله من نجاح أو تفوق أو شهوة أو جاه، ولايجب أن يدفعنا ذلك الى الزهو والاستكبار والتفاخر . فإن كل ما يلحق بنا من أذى أو مصيبة ، أو نناله من خير فهو مكتوب فى اللوح

المحفوظ ، وثابت فى علم الله من قبل أن يحدث لنا . ومايجدى حزننا فى تغيير ماحدث ، أو فى تغيير نتائجه ، كما لايجدى فرحنا وزهونا فى الإستزادة من الخير ، أو الاحتفاظ به وعدم زواله ، إذ أن كل شئ من ذلك انما هو فى علم الله تعالى وحده ومرهون بمشيئته وحده .

﴿مَا أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ فِي الأَرْضِ وَلا فِي أَنفُسِكُمْ إِلاَّ فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ﴿٢٢﴾ لِكَيْلا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ﴾

(الحديد : ٢٢ ، ٢٣) .

خــاتمة

يوصينا الله سبحانه وتعالى بضبط إنفعالاتنا ، والتحكم فيها ، والسيطرة عليها ، وإن الإيمان بالله إيمانا صادقاً ، وإتباع منهجه الذى رسمه لنا فى القرآن ، وبينه لنا الرسول (ﷺ) يمدنا بعزيمة وقوة وإرادة تمكننا من التحكم فى إنفعالاتنا والسيطرة عليها . إن المؤمن الصادق الإيمان لايخاف إلا من الله تعالى وحده فهو لايخاف الموت ، أو الفقر ، أو الناس ، أو أى شئ آخر فى الوجود ، وهو يكظم غضبه فلا يثور لأتفه الأسباب ، وهو لايغضب الا لما يغضب الله . وهو يسيطر على حزنه لأنه يعلم أنه لايصيبه الا ماكتب الله له وهو متواضع لأنه يعلم حق قدره فلا يزهو بنفسه ولايفاخر ، ولايستكبر .

كتب للمؤلف

* دلالة الآيات القرآنية على الخصائص النبوية المحمدية . (عالم الفكر) القاهرة .
* أسماء النبىّ (ﷺ) فى القرآن والسنة . (عالم الفكر) القاهرة .
* محبة الكائنات وطاعتها للنبىّ (ﷺ) . (عالم الفكر) القاهرة .
* مع الأسماء الحسنى المزدوجة فى ختام الآيات القرانية . (عالم الفكر) القاهرة .
* من روائع الإعجاز العلمى فى القرآن الكريم . (مطبعة حورس) القاهرة .
* مع الإمام القشيرى فى تفسيره الإشارى للبسملة والحروف المقطعة . (عالم الفكر) القاهرة .
* أهل بدر الأبرار من المهاجرين والأنصار . (مطبعة رمسيس) الأسكندرية .
* تعظيم شأن القرآن . (مطبعة الفنون) .
* مواقع النجوم والقرآن الكريم . (مطبعة حورس) القاهرة .
* خصائص النبىّ الخاتم (ﷺ) . (عالم الفكر) القاهرة .
* رسم القرآن المعجز ـ خصائصه وظوهره وأسراره . (مطبعة حورس) القاهرة.
* تعبيرات القرآن المشتهرة على الألسنة . (مطبعة حورس) القاهرة.
* ما اشتهر على الألسنة من الحديث النبوى الشريف . (مطبعة حورس) القاهرة
* دلالات الألفاظ وسر الكلمة فى القرآن الكريم مطبعة حورس .
* دلالات كلمات السِّلم والسَّلْم والسَّلَم فى القرآن الكريم مطبعة حورس .
* الألفاظ الوحيدة فى القرآن الكريم مطبعة حورس.

الفهرس

الصفحة




Bibliotheca Alexandrina
1146949
22
12